ज्ञानामृत
मासिक वर्ष 39, अंक 10, अप्रैल 2004

1. वाराणसी (उ.प्र.)- सारनाथ में नवनिर्मित ''ग्लोबल लाइट हाउस'' का उद्घाटन करती हुई राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी तथा राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी। साथ में हैं ब्र.कु. मोहिनी बहन तथा ब्र.कु. मुन्नी बहन। (नीचे के चित्र में)- ग्लोबल लाइट हाउस के ऊपर शिवध्वजारोहण से पूर्व शिव स्मृति में राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी, ब्र.कु. सुरेन्द्र बहन, सुप्रसिद्ध तबला वादक पदम विभूषण पं. किशन महाराज जी, भ्राता ब्र.कु. बृजमोहन जी, महाबोधि सोसायटी ऑफ इण्डिया के सचिव भ्राता सुमेध थेरो जी एवं अन्य।

1.चण्डीगढ़- पंजाब के राज्यपाल महामहिम भ्राता ओ.पी. वर्मा को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. कुसुम बहन। **2. पांडिचेरी-** पांडिचेरी के उप-राज्यपाल महामहिम भ्राता एन.एन. झा को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. रेनुका बहन तथा ब्र.कु. जयलक्ष्मी बहन। **3. पणजी (गोवा)-** विश्व नवनिर्माण आध्यात्मिक मेले का उद्घाटन करते हुए गोवा के राज्यपाल महामहिम भ्राता केदारनाथ सहानी। साथ में हैं बहन विमला सहानी, केन्द्रीय वित्त राज्यमंत्री भ्राता श्रीपाद् नाईक, नगराध्यक्ष भ्राता अशोक नाईक, ब्र.कु. जयन्ती बहन तथा ब्र.कु. शोभा बहन। **4. बुरला-** उड़ीसा के राज्यपाल महामहिम भ्राता एम.एम. राजेन्द्रन तथा बहन सुशीला राजेन्द्रन को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. लीली बहन। **5.संगरूर (पंजाब)-** शिवध्वजारोहण करते हुए केन्द्रीय मंत्री भ्राता सुखदेव सिंह ढींढसा, ब्र.कु. हरजीत बहन व अन्य भाई-बहनें। **6.देहली (शालीमार बाग)-** आध्यात्मिक समारोह के उद्घाटन से पूर्व परमात्मा की याद में (बीच में) देहली के श्रम एवं उद्योग मंत्री भ्राता मंगतराम सिंघल जी। उनके दायीं ओर ब्र.कु. पूनम तथा कृष्णा जी तथा बायीं ओर भारतीय विकास परिषद के वित्तीय व्यवस्थापक, वकील भ्राता सुरेन्द्र वधवा जी तथा अन्य भाई-बहनें। **7.पूना (बोपोडी)-** महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री भ्राता विजय सिंह मोहिते पाटिल और महापौर बहन दीप्ति चौधरी जी का स्वागत करती हुई ब्र.कु. सुनीता बहन। **8.अजमेर-** राजस्थान की मुख्यमंत्री बहन वसुन्धरा राजे सिन्धिया को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. राधा बहन एवं ब्र.कु. सरोज बहन।

योगाभ्यास के लिए विधि-विधान

प्राय: यह माना जाता है कि योगाभ्यास के लिए तो मनुष्य को कहीं दूर जंगल में या गुफ़ा में चले जाना पड़ता है या अलग-थलग एक कुटिया बना कर और लुटिया-मात्र ही अपने पास रख कर साधना करनी पड़ती है। परन्तु गीता इस सत्यता की साक्षी है कि भगवान ने तो ऐसा कुछ भी आदेश-निर्देश नहीं दिया।

वास्तव में बात तो यह है कि यह शरीर ही आत्मा की एक कुटिया है अत: भृकुटि जिसमें कि आत्मा का वास है, एक कुटी अथवा गुहा ही तो है। अत: जंगल में जाकर कंकड़-पत्थर को जोड़ कर कुटिया बनाने की तो कोई जरूरत नहीं है क्योंकि कुटिया में तो आत्मा पहले ही से है। योगी के लिए विधान यह नहीं कि वह किसी निर्जन स्थान पर कुटिया बना कर रहे बल्कि यह है कि वह अपने मन को निर्जन करे अर्थात् उसमें मित्र-जन, सम्बन्धी-जन की बजाय एक परमपिता परमात्मा की स्मृति को स्थापित करे। फिर वह इस सत्यता का मनन करे कि यह शरीर तो एक कुटिया है, मैं इस कुटिया का वासी एक चेतन आत्मा हूँ।

यदि ज्ञान-दृष्टि से देखा जाये तो मनुष्य की भूल यह है कि वह इस संसार को एक मुसाफ़िर खाना मानने की बजाय अपना देश मान बैठता है और 'घर' को अपना 'घर' समझ लेता है। फिर जब वह उससे लगाव छोड़ना चाहता है तो यहाँ से निकल कर दूर कहीं कुटिया बनाने की सोचता है। परन्तु यदि वह यह समझ कर चले कि मैं तो एक यात्री हूँ, यह संसार एक मुसाफ़िर खाना है, आखिर तो मुझे यहाँ से परमधाम - अपने प्यारे घर अथवा देश - में जाना है तो उसमें आसक्ति अथवा मोह नष्ट हो जाएगा और वह भृकुटि अथवा देह को ही एक शिविर अथवा पड़ाव मानकर तथा स्वयं को इसमें जागती हुई एक ज्योति मान कर उन्नति कर सकेगा।

योग के लिए एक अन्य बात की ओर भी ध्यान देना जरूरी है। हम देखते हैं कि घर की तार को जब बिजली घर से आ रही तार से जोड़ा जाता है तभी घर की तार में भी करंट (Current) आता है। परन्तु तार को तार से जोड़ने की विधि यह है कि दोनों के ऊपर से रब्बर अथवा प्लास्टिक (insulating material) उतार कर ही धातु को धातु से जोड़ना पड़ता है वरना यदि रब्बर या प्लास्टिक समेत तारों को जोड़ दिया जाय तो बिजली का करंट और लाइट तथा 'पॉवर' (Power) नहीं आ सकती। ठीक इसी प्रकार शरीर भी आत्मा के लिए रब्बर, प्लास्टिक या चमड़ा ही है। जब एक मनुष्य देह के भान में रह कर परमात्मा को याद करेगा तब तक उसे ईश्वरीय लाइट और 'पॉवर' (शक्ति) की प्राप्ति नहीं होगी क्योंकि तब तक सही तौर पर तार अर्थात् कनेक्शन (Connection) ही नहीं जुटेगा। अत: योगाभ्यासी को चाहिए कि वह इस प्रकार से मनन करे कि - "मैं एक आत्मा हूँ, ज्योतिबिन्दु हूँ, अजर, अमर, अविनाशी हूँ, मैं देह नहीं हूँ, देह तो मेरी कुटिया है" आदि। इस प्रकार के चिन्तन (Meditation) से आत्मा देह-भान से न्यारी हो जाएगी और तब ही उसकी स्मृति रूपी तार परमात्मा से जुट जायेगी। हमें यह ज्ञात होना चाहिए कि प्लास्टिक या रब्बर दोनों तारों के सिरों से उतरा होना चाहिए। तभी दोनों को जोड़ने से अग्निकण या स्फुलिंग (Spark) पैदा होता है अथवा ज्योति प्रगट होती है। ठीक इसी प्रकार, हमें न केवल देहभान के प्लास्टिक को उतारना है बल्कि हमें परमात्मा को भी देहधारी मानकर याद नहीं करना है। यदि हम किसी देवी या देवता की स्मृति का अभ्यास करेंगे तो वह प्रकाश पैदा नहीं होगा जो होना चाहिए। हमें तो ज्योतिस्वरूप, बिन्दु रूप, अशरीरी परमात्मा ही से अपनी आत्मिक स्मृति रूपी तार जोड़नी चाहिए। यही योगी के लिए विधि-विधान है। ❑

अमृत-सूची

खुशी जैसी खुराक नहीं

किसी से पूछिए कि आप अमीर बनना चाहते हैं या फकीर तो निश्चित रूप से यही उत्तर मिलेगा कि मैं अमीर बनना चाहता हूँ। इसी प्रकार, एक प्रश्न यह भी है कि खुशनसीबी चाहिए कि खुश्कनसीबी तो खुशनसीबी को ही चुना जाएगा। रूखा-रूखा, गमों में डूबा-डूबा, हताश, निराश, उदास चेहरा न तो कोई अपना बनाना चाहता है, न ही दूसरे का देखना चाहता है। खुशी जीवन में कैसे आए, यह बहुत महत्त्वपूर्ण प्रश्न है? इसका सरल उत्तर यही है कि खुशी का आधार खुशी की बातों का चिन्तन है। यदि चिन्तन में दु:ख की बातें हैं तो खुशी आ नहीं सकती। यदि चिन्तन करें कष्टों में बीती घड़ियों का तो चेहरा प्रफुल्लित हो कैसे सकता है? जैसे अक को निचोड़ने से कड़वा, जहरीला सफेद रस निकलता है, इसी प्रकार, दु:खदाई बातों का चिन्तन करने से खुशी को गायब करने वाली और खुश्की को बढ़ाने वाली बातें ही सामने आती हैं। जैसे गन्ने को निचोड़ने से मीठा रस मिलता है, इसी प्रकार, खुशनसीबी की बातों का चिन्तन करने से ही खुशी आती है।

कभी एकान्त में बैठ कर अपने से यह सवाल पूछिए कि मैं किन-किन बातों से दु:खी होता हूँ? मेरी खुशी के चोर कौन-कौन हैं? साथ ही यह भी पूछिए कि क्या सचमुच ये-ये घटक मेरी खुशी को चुराते हैं या मैं स्वयं ही खुशी की पोटली को उनके आगे जान-बूझ कर फेंक देता हूँ। बहुत सारी बातों और परिस्थितियों में हम स्वयं अपने हाथों खुशी की पोटली को बिखेरते हैं, नष्ट करते हैं और नाम दूसरों का लगाते हैं। हम कहते हैं कि अमुक बात आई, व्यक्ति आया, घटना घटी और मेरी खुशी गई। परन्तु व्यक्ति, बात और घटना की पहुँच मन तक बनाई किसने? हमारा मन हमारे वश में यदि है तो हम बात या व्यक्ति की परछाई उस पर पड़ने ही नहीं देंगे। इसलिए खुशी के चोर वे नहीं हैं, बल्कि अपनी खुशी को सेकण्ड में उनके आगे शिकार की तरह पेश कर देना हमारी कमज़ोरी है, लापरवाही है। हम चाहते तो उसे सम्भाल सकते थे। किसी भी बात या वस्तु या व्यक्ति की पहुँच खुशी लूटने तक नहीं हो सकती परन्तु उस मालिक की रक्षा कौन करे जो चोर की हल्की-सी आहट होते ही खज़ाने के द्वार के बाद द्वार खोलता जाए। चोर से बचने या सामना करके उसे भगाने की बजाए उसके सामने हार मान कर समर्पण कर दे। ये चोर हैं अनुमान, शंका, गलतफहमी, ईर्ष्या, वैर आदि-आदि। ये चुपके से मानव के संकल्प रूपी खज़ाने में घुसते हैं और मनचाही लूट मचा लेते हैं। फिर मानव देखता है कि उसके पास सुख-शान्ति के बजाए कुछ अनचाही, भारी-भारी, परेशान करने वाली बातें आ गई हैं और खुशी गुम हो गई है। लेकिन हम आपको बता दें कि जैसे खुशी के खज़ाने को लूटने वाले शत्रु हैं, इसी प्रकार, खज़ाने को भरने वाले मित्र भी हैं। ये मित्र हैं दैवी गुण और आध्यात्मिक शक्तियाँ। इसलिए खुशी को एक ऐसा इत्र कहा गया है जो गुणों रूपी फूलों से निकले भिन्न-भिन्न रस रूपी श्रेष्ठ भावों को मिला कर तैयार किया जाता है।

एक बार एक नवाब घराने का युवक एक आश्रम में गया। उसे वहाँ रहने की अनुमति मिल गई। उसने देखा कि यहाँ हर साधक कुछ-न-कुछ कार्य करता है। उसे कार्य करने की आदत नहीं थी परन्तु निमित्त साध्वी माँ के दर्शन करने गया तो स्वत: प्रेरणा के आधार पर उसने भी अपने लिए अनुकूल सेवा की माँग की। माँ ने अगले दिन मिलने की बात कही। वह उत्सुक मन के साथ अगले दिन फिर माँ के पास गया। अनुभवी माँ

ने उसका हाथ अपने हाथ में लेकर कहा - 'तुम हमेशा खुश रहा करो, यही काम है, मेरे बच्चे।' दिखने में यह बहुत छोटा कार्य लगता है परन्तु **खुश रहने के लिए जीवन की एक-एक श्रेष्ठ धारणा को मन, वचन कर्म में पिरोना पड़ता है। श्रेष्ठ धारणाओं और खुशी का चोली-दामन जैसा साथ है। श्रेष्ठ धारणाएँ जैसे - अपेक्षाओं से बचें, अधिकार और कर्त्तव्य का सन्तुलन रखें, सुनी-सुनाई बातों पर विश्वास न करें, पूर्वाग्रहों से बचें, नफरत न करें, क्षमा की शक्ति को उन्नत करें। त्याग, तपस्या, सेवा को महत्त्व दें, गलती को महसूस करें, स्वयं को बदलें, स्वयं गलती करके दूसरे पर न थोपें, जीवन यात्रा है, इच्छाओं के बोझ से इसे बोझिल न करें आदि-आदि।**

जैसे खुश रहना ज़रूरी है, वैसे ही दूसरों को खुशी देना भी ज़रूरी है। परन्तु ध्यान रहे **मर्यादा और न्याय की परिधि को लाँघ कर किसी को खुश करने का प्रयास किया तो वह खुशी अन्त में दु:ख में बदलेगी।** एक बुजुर्ग व्यक्ति ने अपनी छोटी नवविवाहित पुत्रवधू को खुश करना प्रारम्भ किया, इस आशा से कि वह वृद्धावस्था में उसकी हर बात मानेगी। खुश करने के प्रयास में वह उसकी जायज़, नाजायज़ सभी माँगें पूरी करता रहा। घर के अन्य सदस्य इससे नाराज़ हो गए क्योंकि उनके अधिकारों को भी मसल दिया गया। धीरे-धीरे वे सभी उसे छोड़ कर अन्यत्र चले गए। सभी के मुख फिरा लेने के बाद बढ़ती वृद्धावस्था के चिड़चिड़ेपन से वह बहू भी अकने लगी। घर में नित्य क्लेश रहने लगा। वृद्ध, अन्य दरवाजे तो पहले ही बन्द कर चुका था, बहू वाला भी लगभग बन्द होने के कगार पर पहुँच गया। फिर तो बेसहारों की तरह मारा-मारा फिरना ही उसका जीवन हो गया। इसलिए एक से छीन कर दूसरे को खुश करने के प्रयास में दोनों से ही दिल की दूरी हो जाती है।

किसी आदमी के जीवन में कोई समस्या नहीं है तभी वह खुश रहे, ऐसा नहीं है। समस्याएँ रहते भी उनके प्रति हमारा दृष्टिकोण यदि सकारात्मक रहे, उनको कम महसूस करें तो हम खुश रह सकते हैं। इसलिए कई व्यक्ति ऐसे होते हैं कि उनकी समस्याएँ चलती रहती हैं पर खुशी भी पटरी से कभी उतरती नहीं और कई लोग कोई समस्या न होने पर भी स्वभाववश समस्याओं को निर्मित कर जीवन-यात्रा को दुर्गम बना लेते हैं। खुशी जीवन की सबसे बड़ी खुराक है। खुशी की खुराक खाने वाला सदा स्वस्थ और हल्का रहता है।

खुशी भी दो प्रकार की होती है - अल्पकाल की और दीर्घकाल की। अल्पकाल की खुशी किसी विशेष साधन की प्राप्ति से, किसी मनचाही वस्तु, स्थान व व्यक्ति के मिलने से, किसी पुरुषार्थ में थोड़े समय के लिए सफलता हो जाने से, कोई सुविधा, मान्यता, मान-शान या नामाचार होने से चेहरे पर छलक आती है। जैसे बादलों से भरे आकाश में से धूप की किरण कभी-कभी धरती के आँगन को चमका जाती है। यह वास्तविक खुशी नहीं कहलाती क्योंकि जिस हद की प्राप्ति के सहारे यह टिकी है उसके आगे-पीछे होने पर यह भी साथ-साथ डोलायमान होती है। व्यक्ति इसे अपनी ओर बुलाता है परन्तु आधारों से बँधी होने के कारण यह व्यक्ति के पास स्वतन्त्र रूप से न आकर आधारों के साथ ही आती है। आधारों के हिलने पर हिल जाती है। आधारों के मुख मोड़ने पर मुड़ जाती है। हमें अपने से पूछना है कि हमें खुशी का उगता-छिपता सूरज। चाहिए या निरन्तर प्रकाशमान सूरज निश्चय ही सभी निरन्तर प्रकाशमान अर्थात् सदाकाल की निर्बाध खुशी ही चाहेंगे। तो इसके लिए बिना आधारों वाली स्वतन्त्र और बेहद की खुशी के स्रोत से जुड़ें तथा अपवित्रता के अंश को भीतर तक जला दें।

अपवित्रता का अर्थ केवल 5 बड़े विकारों तक ही सीमित नहीं है वरन् संकल्प या कर्म का यथार्थ और सकारात्मक न होना भी अपवित्रता है। संकल्प, बोल और कर्म जितने अधिक समर्थ, सकारात्मक, सत्य, शुभ, और स्नेह-सहयोग सम्पन्न होंगे उतनी खुशी और खुशनसीबी अनुभव होगी। अत: खुशी का शाश्वत निर्झर भीतर की ओर है, बाहर नहीं। अन्तर्मुखता में है, बाहरमुखता में नहीं। आत्म-चिन्तन में है, पदार्थ-प्रकृति के चिन्तन में नहीं। भोजन खाते समय यदि छोटा-सा कंकर दाँत के नीचे आ जाए तो हम पूरा निवाला थूक देते हैं, इसी प्रकार, यदि सेवा करते समय मन थोड़ा भी किरकिरा हो रहा है तो उस सेवा को छोड़ दें पर खुशी को न छोड़ें। जैसे पैने हथौड़े के बिना लकड़ी नहीं कट सकती, इसी प्रकार, प्रफुल्लित मन के बिना सफलता नहीं हो सकती।

खुशी को एक पलड़े में रखें तो दूसरे पलड़े में इसके बराबर रखने योग्य कोई वस्तु संसार में नहीं है। इसका प्रतिस्थापन किसी वस्तु या व्यक्ति से नहीं हो सकता। इसलिए विवेकहीनता के वश किसी चीज को पकड़ने की कोशिश में यदि खुशी का पल्लू छूट रहा है तो तुरन्त सावधान हो जाइये। हद की प्राप्तियों को पकड़ने की कोशिश को छोड़ दीजिए ताकि शाश्वत खुशी का पल्लू उँगलियों में कसा रह सके। अल्पकाल की खुशी का आधार है - खाओ, पियो और मौज करो। शाश्वत खुशी का आधार है - खाओ और खिलाओ, पियो और पिलाओ, मौज में रहो और मौज में लाओ। अल्पकाल की खुशी का आधार है - क्षणिक कल्याण को देखना परन्तु दीर्घकालीन खुशी का अधार है -तीनों कालों में कल्याण को देखना और दृढ़ निश्चय रखना कि जो हुआ वह भी अच्छा, जो हो रहा है वह भी अच्छा और जो होगा वह भी अच्छा। भगवान शिव कहते हैं –

''अविनाशी खुशी वाले को औरों से भी सदा खुशी की दुआयें अवश्य प्राप्त होंगी जो अलौकिक आत्मिक खुशी के सागर में लहराने का अनुभव करायेंगी। अलबेलेपन में यह नहीं सोचना कि मैं तो ठीक हूँ लेकिन दूसरे मेरे को नहीं जानते। क्या सूर्य की रोशनी छिप सकती है? सत्यता की खुशबू कभी मिट सकती है? नहीं छिप सकती। इसलिए धोखा कभी नहीं खाना, यही पाठ पक्का करना कि पहले बेहद की अविनाशी खुशी फिर दूसरी बातें। बेहद की खुशी सेवा की, सर्व के स्नेह की, सर्व द्वारा अविनाशी सम्मान प्राप्त होने की खुशनसीबी अर्थात् श्रेष्ठ भाग्य की स्वत: ही अनुभूति करायेगी। जो सदा खुश है वही खुशनसीब है।''

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

कुरुक्षेत्र- प्रसिद्ध उद्योगपति तथा समाज सेवक भ्राता जयभगवान को ईश्वरीय सौगात देती हुईं ब्रह्माकुमारी प्रेरणा बहन ।

आइये बनें क्रोधमुक्त

ब्रह्माकुमार डॉ. गिरिश पटेल, मुम्बई

एक प्रश्न है – कौन बूढ़ा नहीं होता ? इसके उत्तर बहुत हो सकते हैं परन्तु सामयिक उत्तर यही है कि क्रोध बूढ़ा नहीं होता। कहा जाता है कि जापान में एक धर्मगुरु थे। वहाँ का राजा उसके पास अहंकार से भर कर गया और बोला - 'बताइए, स्वर्ग-नरक में क्या अन्तर है।' धर्मगुरु ने उसको नीचे से ऊपर तक देखा और कहा - 'कैसा आदमी है, कुछ विवेक तो है नहीं और स्वर्ग और नरक के बारे में जानना चाहता है।' राजा सुन कर क्रोधित हो गया, तलवार खींच ली और गुरु का सिर काटने को तैयार हो गया। गुरुजी तो स्वरूपस्थ थे, उन्होंने तुरन्त कहा - 'यही नरक है।' राजा को जैसे होश आ गया, तुरन्त माफी माँगी। गुरु ने उसी अडिग अन्दाज में पुन: कहा - 'यही स्वर्ग है।' सत्य ही है कि इस सृष्टि पर आधाकल्प जब स्वर्गिक वातावरण होता है तो क्रोध का नाम-निशान भी नहीं होता। द्वापरयुग के बाद ही इस नारकीय वृत्ति का जन्म देहाभिमान के कारण होता है और इससे संसार नरक बनता जाता है।

कई बार लोग क्रोध में आकर मरने की धमकी देते हैं क्योंकि क्रोध शान्ति छीन लेता है। परन्तु मर कर चैन मिल जाए, ऐसा नहीं है। क्रोध चाहे भीतर का हो चाहे प्रकट रूप वाला, बहुत खतरनाक होता है। क्रोध की भावनाओं को अन्दर-ही-अन्दर दबा कर जलते रहने से कई रोग लग जाते हैं। बाहर प्रकट होने वाले क्रोध से हृदयाघात हो सकता है तथा मस्तिष्क भी फट सकता है। क्रोध के दोनों रूपों से बचने का रास्ता है कि अपनी भावनाओं को प्रकट कर दें परन्तु मन का सन्तुलन बना कर प्रकट करें। तर्क तथा शान्ति को कायम रखें।

एक डॉक्टर की सचिव उसके 10,000 रुपये लेकर भाग गई। उसे बिल्कुल गुस्सा नहीं आया। उसने सोचा कि भगवान ने मुझे बचा लिया क्योंकि वह लाखों रुपये लेकर भी भाग सकती थी। दूसरे ही दिन उनके घर में फोन बिगड़ गया। ठीक करने वाले व्यक्ति ने 400 रुपये माँगे। उसे पैसे ज्यादा लगे और कहा-सुनी होने लगी। तभी अन्दर से उसके वृद्ध पिताजी निकल कर आए और बोले कि क्यों झगड़ा करते हो, दे दो ना। पिताजी की बात सुन कर उसे बड़ा गुस्सा आया और तुरन्त कहा - ''तुम शान्ति से बैठो, मेरे बीच में दखल क्यों करते हो ?'' देखिए, 10,000 रुपये के लिए गुस्सा नहीं आया पर 400 रुपये पर गुस्सा आ गया क्योंकि पिता की दखल असहनीय हो गई। इससे सिद्ध होता है कि पैसे से अधिक महत्त्व हमने अपने अहंकार को दिया हुआ है। परन्तु यह ठीक व्यवहार नहीं है। सही व्यवहार तब होता यदि वे कहते - ''कृपया, पिताजी आप बैठिए, आपसे मैं बाद में बात करूँगा, पहले इनसे बात कर लूँ।'' ऐसा करने पर पिताजी का भी और स्वयं का भी मान रह जाता।

क्रोध करने पर विवेक मारा जाता है पर बाद में पश्चाताप की अग्नि में जलना पड़ता है। एक घर में पत्नी टी.वी. पर अपना मनपसन्द चैनल देख रही थी। सांय का समय था। पतिदेव कार्यालय से आए और चैनल बदल दिया। पत्नी को बहुत गुस्सा आया। उसने सोनी का बहुत सुन्दर वॉकमैन जोर से फेंका। वह टूट गया। बाद में उसे उसके टूटने का बहुत अधिक दु:ख हुआ। ऐसी स्थिति में थोड़ी समझ से गुस्से से बचा जा सकता है। पत्नी को यह सोच कर नम्र हो जाना चाहिए कि मैं तो सारे दिन घर में टी.वी. देखती रहती हूँ। मेरा पति तो शाम के समय ही घर में होता है। इसलिए उसकी मनपसन्द चीज़ें वह भले ही देखे, मैं दखल नहीं करूँगी। या यह भी हो

सकता है कि एक अन्य छोटा-सा टी.वी. खरीद लें ताकि दोनों अपनी-अपनी रुचि पूरी कर सकें और झगड़े से बच सकें।

दो साल के एक बच्चे ने खेलते-खेलते टेबल पर रखा सौ रुपये का नोट फाड़ दिया। पिताजी ने गुस्से में आकर उसकी इतनी पिटाई की कि बच्चे को हॉस्पिटल में भरती कराना पड़ा और डॉक्टर का बिल आया 11,000 रुपये। हमें विचार करना चाहिए कि बच्चे को तो पता ही नहीं है कि रुपये क्या होते हैं। गलती तो हमारी है जो हमने नोट को ऐसे खुला रखा। गलती होने पर बच्चे को समझाया भी जा सकता है, थोड़ी आँख भी दिखाई जा सकती है पर नुकसान से क्रोधित होकर और नुकसान कर लेना तो मूर्खता है। जब सही व्यवहार करना हम सीख जाएँगे तो क्रोध की आवश्यकता ही नहीं रहेगी।

क्रोध के नुकसान

क्रोध से शरीर को 14 नुकसान होते हैं। जब हम गुस्सा करते हैं तो हमारे मस्तिष्क की सूक्ष्म नलिकाएँ फट जाती हैं और मस्तिष्क में खून बहने लगता है। वैज्ञानिकों ने क्रोध का प्रभाव जानने के लिए एक कुत्ते पर प्रयोग किया। उन्होंने कुत्ते की हृदय की धमनियों पर क्लैम्प लगा दिया जिससे कि कम-से-कम खून बह सके। फिर कुत्ते को गुस्सा दिलाया। कैसे दिलाया ? उसको बाँध कर रखा, खाना नहीं दिया और दूसरे कुत्ते को खाना दिया। वह जोर-जोर से भौंकने लगा। जोर से भौंकने से नलिका में से खून बहने लगा और दो मिनट बाद उसे हृदयाघात हुआ। उसकी मृत्यु हो गई। फिर पता चला कि जब हम गुस्सा करते हैं तो एक बार जोर से खून बहता है। हृदय की धमनियों में खून पहुँचाने वाला एक स्विच है, वह स्विच क्रोध के कारण काम करना बन्द कर देता है। इसलिए ऐसी क्रोधमुक्त स्थिति बनाइए जो–

जमीं सलाम करे,
आसमान सलाम करे,
ऐसे क्रोधमुक्त बन जाओ,
जो तुम्हें जहान सलाम करे।
फ़रिश्ते तो तब कहलाओगे,
जब चमन में बहार आते ही
फूलों के साथ तुम्हें
बागवान सलाम करे।।

जब आजादी का आन्दोलन चल रहा था तब एक नौजवान पकड़ा गया। अंग्रेज़ों ने कहा कि तू हमारा साथी बन जा, हम तुझे छोड़ देंगे। उन्होंने यह भी कहा कि देख तेरी बूढ़ी माँ रो रही है। उस नौजवान ने निर्भयता से उत्तर दिया कि अगर बूढ़ी माँ के आँसुओं को देख करके मैंने देश के प्रति कर्त्तव्य को भुला दिया तो यह मेरी माँ का अपमान है। वह हँसते-हँसते फाँसी पर चढ़ गया। उसने बड़ी प्राप्ति के लिए छोटी प्राप्ति को ठुकरा दिया। ऐसे ही हम भी यदि छोटी-सी प्राप्ति को देख करके कि क्रोध करने से बच्चे पढ़ते हैं या क्रोध करने से मनचाहा काम हो जाता है, अपनी शान्ति को छोड़ देते हैं और भगवान को भूल जाते हैं तो यह भगवान का अपमान है। करीब 30% क्रोध इसलिए आता है कि लोग हमारी इच्छानुसार काम नहीं करते। कुछ लोगों के ऐसे संस्कार भी हो जाते हैं कि जैसा वे कहें, बिल्कुल वैसा ही होना चाहिए। मैं ही ठीक हूँ, सबकुछ मेरे ही अनुसार होना चाहिए। जिनके ऐसे संस्कार हैं उन्हें क्रोध बहुत आता है। परन्तु बहुत नुकसान होता है इससे। एक व्यापारी थे, उनका बच्चा विद्यालय में पढ़ रहा था। व्यापारी ने कहा - देख बेटे, कम-से-कम 95% नम्बर आने चाहिएँ। नब्बे प्रतिशत तक आएगा तो भी ठीक है परन्तु 90% से कम नम्बर आए तो तुम बेकार हो। उस बेटे के 88% नम्बर आए। व्यापारी तो आग-बबूला हो उठा और कहा कि तूने तो मेरी जिन्दगी खराब कर दी, अब मैं लोगों को कैसे मुँह दिखाऊँगा, कैसा बेकार लड़का है। तेरे जैसा लड़का पैदा ही नहीं होता

तो अच्छा होता। इस क्रोध का इस बच्चे पर बहुत बुरा असर हुआ। वह पागल हो गया और आगे पढ़ ही नहीं पाया। उसका मनोविश्लेषण किया गया तो पता पड़ा कि उसके पिता ने उसे जो कटु शब्द बोले कि तुम बेकार हो, तुमने मेरी जिन्दगी खत्म कर दी, तो उन बातों को बच्चा सोचता रहा। उसे लगा कि मैं बेकार हूँ, मैं कोई काम का नहीं हूँ, अब जीने से क्या फायदा है, मेरे कारण पिता का जीवन खत्म हो गया। इससे अच्छा मैं नहीं होता था तो अच्छा था। ऐसा वह दिन-रात सोचता रहा और पागल हो गया। क्रोध के बजाए यदि पिताजी उसे कहते कि बेटा ८८% नम्बर आए, अच्छा है, चलो, मैं देखूँ कि तूने कहाँ-कहाँ गलतियाँ कीं। कहाँ समय खराब किया। पढ़ाई करने की विधि में तूने क्या गलती की। हाँ, अभी भी दो साल हैं, तू अच्छी तरह से पढ़। तो वो सचमुच उत्साहित होता, आशान्वित होता और उन्नति करता।

क्या क्रोध से बच्चे पढ़ते हैं?

क्या आप समझते हैं कि क्रोध करने से बच्चे पढ़ते हैं। सच तो यह है कि क्रोध करने से वे किताब भले ही खोल कर बैठते होंगे परन्तु मन नहीं लगाते हैं। माता-पिता को उलाहना भी देते हैं कि आप हमें खेलने भी नहीं देते हैं। कुछ समय बाद उनके मन में असन्तोष घर कर जाता है और वे नियन्त्रण में आने के बजाए नियन्त्रक बनने लग जाते हैं। एक बार बारह-बारह साल की दो लड़कियाँ आपस में चर्चा कर रही थीं। माँ-बाप सुनने लगे कि बेटियाँ हमारे बारे में क्या कह रही हैं। एक ने दूसरी से कहा कि चल कुछ शरारत करते हैं, माँ को गुस्सा आएगा। इसमें मुझे बहुत मज़ा आता है। भले ही उस समय मुझे कमरे में एक-दो घण्टे के लिए बन्द रहना पड़ता है परन्तु जो मज़ा आता है वह बहुत अच्छा है, ऐसा लगता है जैसे कि मैं माँ को नियन्त्रित कर रही हूँ। तो देखिए, प्यार, स्नेह और वात्सल्य के स्थान पर किस प्रकार घृणित भाव भर जाते हैं बच्चों में। जब बच्चे चार-पाँच साल के हैं तब उन्हें प्यार से सिखाओ और पढ़ने का महत्त्व समझाओ। ज्यादा पढ़ने के लिए कहो परन्तु 10 साल के बच्चों का आपको मित्र बनना पड़ेगा। आप उनसे बच्चे की तरह व्यवहार नहीं कर सकते। दस साल की आयु के बाद वे माँ-बाप से नहीं सीखते बल्कि मित्रों से सीखते हैं। तो माता-पिता के रूप में हम, उनके अच्छे मित्र ढूँढ़ने में उनकी मदद करें। आस-पास के अच्छे बच्चों को, बुद्धिवान, गुणवान बच्चों को अपने घर में बुलाइये, प्यार दीजिए, उपयोगी सौगात दीजिए। अच्छी तरह से खाना खिलाइए। अगर आपके बच्चे उनके मित्र बन गए, उनके साथ घूमने-फिरने लगे, तो बस, आपकी जिम्मेदारी खत्म हो गई। बच्चे स्वत: बहुत कुछ सीख जाएँगे।

क्रोध के अन्य कारण

कइयों को झूठ और अन्याय को देखकर बहुत गुस्सा आता है। परन्तु यदि हम चाहते हैं कि दूसरे झूठ न बोलें तो पहले हमें सच बोलना है और हमें किसी से अन्याय नहीं करना है। कई मानसिक कारण भी हैं, जो कि बहुत सूक्ष्म हैं। जैसे कई बार किसी से चर्चा करते-करते जब हमें लगता है कि हम हार रहे हैं और सामने वाला जीत रहा है तो उसी क्षण जोर से गुस्सा आता है ताकि चर्चा वहीं खत्म हो जाए और हमें हार स्वीकार न करनी पड़े। कई बार बहाने के रूप में भी क्रोध आता है। जब हमसे कोई काम नहीं होता है तो हम क्रोध करके उसको टालते हैं परन्तु हम सोचें कि क्रोध करने से तो हारना अच्छा है और जिम्मेवारी को समझना तथा समय पर काम करने की आदत डालना अच्छा है क्रोध करने के बजाए।

क्रोध के कई शारीरिक कारण भी हैं। जब नींद की कमी होती है, बहुत थके हुए होते हैं तब भी किसी बात पर सहज ही गुस्से में आ जाते

हैं। जब भूखे हैं, खाना नहीं मिला, तो भी चिड़चिड़ापन आता है। तामसिक, राजसिक भोजन भी उत्तेजना को बढ़ा देता है। कई लोग प्रश्न पूछते हैं कि आप प्याज, लहसुन क्यों नहीं उपयोग में लाते। प्याज, लहसुन से थोड़ा-सा कोलेस्ट्रोल तो कम हो जाता है परन्तु इनमें एसिड होता है, इसी कारण प्याज से आँसू निकलते हैं। एसिड आँखों की अँतड़ियों को उत्तेजित करके आँसू ला देता है। जब हम प्याज खाएँगे तो 10% एसिड तो अन्दर जाएगा ही और फिर 100% दिमाग को उत्तेजित करेगा। फिर क्रोध भी उतना ही अधिक आएगा। इसलिए आहार भी सात्विक होना चाहिए। क्रोधमुक्त बनने के लिए थोड़ा सहन करना पड़े तो बड़ी बात नहीं। कहा गया है –

होठों तक आई बात को भी
निगलना पड़ता है,
फौलाद बनने के लिए भी
लोहे को पिघलना पड़ता है।
तपे बिना कोई सोना
निर्मल नहीं बनता,
जग को रोशन करने के लिए
दिए को भी जलना पड़ता है।।

क्रोधी व्यक्ति तो माचिस की तीली जैसा होता है। माचिस की तीली को भी सिर है, पर दिमाग नहीं है इसलिए जल्दी ही जल जाती है। क्रोधी व्यक्ति का दिमाग है, पर उपयोग नहीं करता। तो क्रोध से मुक्त होना हो तो दिमाग का उपयोग करो। क्रोध को स्थगित करो। अखबार के एक प्रबन्धक हमेशा अपनी टेबल पर पानी का एक गिलास रखते थे। उन्होंने बताया कि जब भी मुझे थोड़ी भी चिड़ आती है तो यह गिलास पानी पी लेता हूँ। उससे यह फायदा होता है कि मुझे सोचने का समय मिल जाता है और उस सोचने के बल से क्रोध को समाप्त कर देता हूँ। एक स्त्री रोग विशेषज्ञ बहन ने बताया कि जब मेरे पति को क्रोध आता है तो वे संस्कृत के श्लोक बोलना शुरू कर देते हैं। बच्चों पर भी अच्छा असर हुआ है, वे श्लोक तो नहीं जानते पर अन्य गीत गाते हैं। हम दस बार ओमशान्ति बोल करके अपने गुस्से को स्थगित कर सकते हैं।

❖❖❖

वाह ! बाबा ! वाह !

– ब्र.कु. सन्तोष, शान्तिवन

नहीं चाहत चाँदी-सोने की।
नहीं चाहत अमीर होने की।।
नहीं चाहत ऊँचे महलों में सोने की।
नहीं चाहत गम में रोने-धोने की।।
नहीं चाहत अब विकर्म-बीज बोने की।
नहीं चाहत किसी की बाट जोहने की।।
चाहत यही एक दिल में है मेरे।
ख्यालों में, नैनों में
बसे रहें बाबा मेरे।।
सहने पड़े चाहें लाखों सितम।
दिल से निकले यही हरदम।।
वाह ! बाबा, वाह ! बाबा, वाह।

'पत्र' सम्पादक के नाम

प्रश्न : भगवान कहते हैं कि तन-मन-धन सब मुझे दे दो। इसका अर्थ स्पष्ट कर दीजिए। फिर हमारी आवश्यकताएँ पूर्ण होने की क्या गारंटी है ?

आर.एल. श्रीवास्तव, रायपुर

उत्तर : भगवान कहते हैं कि हे वत्स, तुम अपना तन-मन-धन मुझे दे दो अथवा अपना सब कुछ मुझे अर्पित कर दो। इस ईश्वरीय आज्ञा का गुह्य अर्थ यदि समझ में आ जाए और कर्मों में उतर जाए तो मानवात्मा का सदा के लिए उद्धार हो सकता है। हम सभी जानते हैं कि भगवान दाता है, वह किसी का कुछ भी लेता नहीं है परन्तु फिर भी वह अपने ऊपर सर्वस्व अर्पण करवाता है। इसके पीछे उद्देश्य है मानव का अहम् भाव मिटा कर उसे ट्रस्टी बनाने का। ट्रस्टी क्या होता है, हम एक उदाहरण द्वारा समझ सकते हैं। एक बैंक प्रबन्धक के पास करोड़ों रुपया होता है, वह उन रुपयों की पूरी सम्भाल करता है परन्तु अपने को उन का मालिक नहीं समझता है। उसे सदैव स्मृति रहती है कि यह रुपया सरकार का है या जमाकर्त्ताओं का है। मेरा नहीं है, मैं तो महीने में मिलने वाली निश्चित तनख्वा का ही मालिक हूँ। इस प्रकार, उन करोड़ों रुपयों में मेरापन न होने के कारण वह हल्का, शान्त, अनासक्त और निरहंकारी रहता है। यही बात व्यक्तिगत सम्पत्ति तथा तन और मन पर भी लागू होती है। जब तक मानव यह समझता है कि यह तन मेरा है, धन मेरा है, मन मेरा है तो इस मेरेपन के कारण इन तीनों शक्तियों का मनचाहा (न कि ईश्वरचाहा) प्रयोग करता है। मनमत और देहाभिमानी मत पर इनका दुरुपयोग करता है। परिणामस्वरूप, चिन्ता, तनाव, अहंकार, दिखावा, असत्य, विषय-विकार, हिंसा, व्यसन आदि असंख्य विकारों की दलदल में डूबा रहता है। भगवान जानते हैं कि तन, मन, धन बुरा नहीं है परन्तु इनके प्रति मेरापन बुरा है। तो इस मेरेपन अथवा मोह और आसक्ति से कैसे छुड़ाए अपने बच्चों को ? इसके लिए युक्ति है निमित्त भाव। मराठा शिरोमणि शिवाजी को भी उसके गुरु ने निमित्त भाव धारण करके राजाई सम्भालने का मन्त्र दिया था जिसके कारण शिवाजी सर्व प्रकार के दुर्गुणों से मुक्त रह सके। शिवाजी ने अपनी चल-अचल सम्पत्ति एक कागज पर लिख कर अपने गुरु रामदास के कमण्डल में डाल दी थी। गुरु ने उसे पढ़ा और शिवाजी को बुला कर कहा कि आज से तुम्हारी चल-अचल सम्पत्ति का मालिक मैं हुआ परन्तु यह सम्पत्ति मैं तुमको वापस लौटाता हूँ। तुम इसे मेरे मार्गदर्शन अनुसार सम्भालो। शिवाजी ने सहर्ष आज्ञा को स्वीकार किया और गुरुजी के मार्गदर्शन में राज्यसत्ता का सफलतापूर्वक संचालन किया। इसी प्रकार, हमने भी भक्ति करते समय बार-बार कहा कि 'हे प्रभु, तन-मन-धन सब तेरा, तेरा तुझको अर्पण क्या लागे मेरा।' परमात्मा पिता हमारी पुकार सुन धरती पर अवतरित हुए और अब कहते हैं - वत्स, तेरा तन-मन-धन मैं स्वीकार करता हूँ परन्तु इस तन-मन-धन की सम्भाल के लिए तुझे ही नियुक्त करता हूँ। तुम निमित्त भाव से इनकी पूरी सम्भाल करो और मेरी श्रीमत प्रमाण इनका उपभोग करो। परमात्मा पिता की इस आज्ञा का पालन करने से दो फायदे होते हैं। एक तो यह कि हम चिन्ता और अहंकार से मुक्त हो जाते हैं और तन-मन-धन के दुरुपयोग से बच जाते हैं और दूसरा यह कि हमारी आवश्यकताएँ भी पूरी होती रहती हैं क्योंकि हमारा कुछ भी भगवान ने अपने पास नहीं रखा केवल मेरापन निकाल कर हमें ट्रस्टी बना दिया।

* * * * * * * * *

फरवरी 04 में प्रकाशित लेख 'वैज्ञानिक शोध- आत्मा, पुनर्जन्म और मृत्यु' बहुत रोचक और ज्ञानवर्धक है। ''सफेद प्रकाश (परमात्मा का स्वरूप) से मिलन होता है तो शरीर भूल जाता है एवं पुन: जन्म लेने पर धीरे-धीरे वे संस्कार वापस आने लगते हैं'' ये सारी सत्य बातें पढ़ने से बहुत आत्माएँ प्रभावित हुई हैं। ऐसे लेख से पत्रिका में चार चाँद लग जाते हैं।

– ब्र.कु. मनोहर, जबलपुर

★★★

न हों निराश, जब तक है श्वास

ब्रह्माकुमार सतीश, आबू पर्वत

आशा से उत्तम कोई ज्योति नहीं और निराशा के समान कोई अंधकार नहीं, ऐसा सुभाषितम् में हम पढ़ते-सुनते आये हैं। यही सुवाक्य जीवन का आदर्श भी निर्धारित कर देता है। जीवन की उतार-चढ़ाव भरी यात्रा की सत्यता को भलीभांति समझकर उत्तरोत्तर आगे बढ़ने वाला सफलता के सर्वोच्च शिखर पर पहुँच ही जाता है।

आशाओं का ताना-बाना बुनता व्यक्ति संसार में आंखें खोलता है किन्तु सदैव ही आशा का सूर्य दिखाई ही देता रहे – यह तो आवश्यक नहीं, हाँ, निराशा की निशा भी होगी किन्तु आशा की दीपशिखा को प्रज्वलित किए हुए निरन्तर प्रगति पथ पर अग्रसर होने वाला ही समझदार, सफल व सुखी कहलाने का अधिकारी बनता है।

वर्तमान युग की सबसे बड़ी त्रासदी है निराशा। आधुनिक जीवन शैली में हताशा, बेतहाशा बढ़ रही है। निराश व्यक्तियों की संख्या में अपरिमित वृद्धि हो रही है। संसार में सुख-शान्ति की कामना हरेक को होती है। जीवन को सरस व हर्षोल्लास पूर्ण बनाने की दौड़ में चूकने वाला व्यक्ति हताशा को गले लगा बैठता है। हम जैसा चाहते हैं वैसा ही परिणाम मिले, सब कुछ हमारे मनोनुकूल हो, ऐसा सोचना कहाँ तक उचित है? और ऐसा नहीं होने पर हम अपनी मानसिक स्थिति को बिगाड़ लेते हैं। अनिश्चय एवं भय की परिणति होती है – चिन्ता, तनाव व मानसिक अवसाद के रूप में। विपरीत परिणाम को बार-बार सोचने से हमारे मनोप्रदेश में निराशा का गहरा कुहासा फैल जाता है। दूर-दूर तक आशा की धुंधली किरण भी न देखकर कभी-कभी तो व्यक्ति आत्मघाती निर्णय ले लेता है। दिनोंदिन बढ़ती, आत्म - हत्या एवं सामूहिक आत्महत्याओं की घटनायें आधुनिक रुग्ण समाज का जीवन्त चित्र प्रस्तुत कर रही हैं। यों तो आज निराशा के महारोग की चपेट में सारा विश्व आ गया है किन्तु भारतीयों से अधिक विदेशियों में यह संक्रमण फैला है। भारतीय संस्कृति में जीवन का लक्ष्य धनोपार्जन नहीं अपितु परमसत्य की प्राप्ति है। अनुकूल धन-सम्पदा को पलभर में त्याग कर समस्त जीवन को त्याग-संयम-सेवा एवं सत्य हेतु समर्पण करने की कई मिसालें हैं यहाँ। इन्हीं जीवन मूल्यों के ह्रास का परिणाम है भारतीय परिदृश्य में भी निराशा का बढ़ता साम्राज्य।

जिनका लक्ष्य ही अर्थ संग्रह एवं भौतिक सुख-सुविधायें हैं, जो रातोंरात धनाढ्य बनने व येन-केन-प्रकारेण करोड़पतियों की श्रेणी में शामिल होना चाहते हैं, जिन्हें अर्थ के बिना सब कुछ व्यर्थ लगता है, जिनकी सोच मात-पिता न भैया, सबसे बड़ा रुपया वाली है, वे ही हताशा व निराशा की त्रासदी को भोगते हैं।

भौतिकता की चकाचौंध में व्यक्ति दिग्भ्रमित है। सफलता की चाह में भागता वह असफलता के अंधकूप में गिर जाता है। वास्तव में, इस स्थिति में भी वह जीवन किरण देख सकता है लेकिन कम-से-कम वह आँखें खोलने की हिम्मत तो करे।

अशान्ति की जनक – आकाक्षाएँ

दौड़ती-भागती जिन्दगी में हमसे धैर्य का दामन भी छूटता जा रहा है। व्यक्ति इतना उतावला है कि इस हाथ से करते ही दूसरे हाथ में उसे आशातीत सुफल चाहिए। विडम्बना

तो यह है कि वह करना कम चाहता है और प्राप्ति अधिक चाहता है। वस्तुत: कर्त्तव्य विस्मृत कर अधिकार के आकांक्षी हताशा के शिकार होते दिखाई देते हैं।

युवाओं में बढ़ती निराशा

निराशा की छाया से पीड़ित वर्ग का नमूना आधुनिक युवा है। परीक्षा में असफलता, बेरोजगारी, सामाजिक-आर्थिक असन्तुष्टता, पारिवारिक कलह एवं जीवन में असन्तुष्टता ने युवाओं को विक्षिप्त एवं उत्पीड़ित कर रखा है। युवाओं में भी विद्यार्थी वर्ग इसका अधिक भुक्तभोगी है। समाज की रीढ़ कहा जाने वाला युवा आज निराशा के धुंध में दिग्भ्रमित है। कामकाज, कैरियर या फिर आपसी सम्बन्धों को लेकर अथवा अन्य कारणों से भी मिली निराशा इस हद तक उसे झकझोर देती है कि उसमें खड़े होने की भी हिम्मत नहीं रह जाती। अन्दर तक टूटा हुआ बार-बार वह यही सोचने लगता है कि मैं इस समाज के लायक नहीं, मेरे जीवन का कोई अर्थ नहीं, ऐसे जीवन से तो मर जाना बेहतर है।

वास्तव में ऐसे युवा यह भूल जाते हैं कि सफलता-असफलता दिन और रात की तरह जीवन के शाश्वत पहलू हैं, जीत और हार, धूप-छाँव की तरह आते-जाते हैं। जहाँ एक ओर हम जीतने का गुर सीखते हैं वहीं दूसरी ओर हमें हार कर मुस्कराना भी सीखना चाहिए। चलो मुस्करा न सकें तो भी कम-से-कम रोने व चिल्लाने से तो खुद को बचा सकें। उन्हें बार-बार उसी नकारात्मक विचार के भंवर से निकलने की कोशिश करनी चाहिए। रचनात्मकता एवं स्वाध्याय तथा मित्रों से बातचीत कर अपने मन का बोझ हल्का कर देना चाहिए। जीने के आधार लाखों हैं, शर्त यह है कि वे उन्हें पहचानें –

सिखा देती हैं चलना
ठोकरें भी राहगीरों को
कोई रास्ता सदा दुश्वार हो
ऐसा नहीं होता।
हरेक क़िश्ती का
अपना तजुर्बा होता है दरिया में
सफ़र में रोज़ ही मझधार हो
ऐसा नहीं होता।।

जीवन से हारना कायरता है

जीवन से हार जाना किसी समस्या का समाधान नहीं। ज़रा सोचिये, जो काम जिन्दा रह कर नहीं हो सकता, उसे मर कर कैसे किया जा सकेगा। विकृत संस्कारों से यह जीवन तो बिगाड़ा ही दूसरा जन्म भी बिगाड़ कर पछतायेंगे। **अच्छा होगा यदि थोड़े साहस से अपनी आँखें खोलें, आत्म-विश्वास की श्वास लें, बंद दिलोदिमाग की खिड़कियाँ खोलें, आशा का चमचमाता सूर्य आपके जीवन पथ पर मोतियों की वर्षा करता हुआ मिलेगा।** आत्महत्या की ओर अग्रसर एक युवक को जब उसके शरीर के एक-एक अंग की कीमत, जो कि लाखों-करोड़ों से भी ज्यादा है, का अहसास कराया गया तो वह जीने के लिए उत्साहित हो उठा।

निराशा का शिकार होता समाज

निराशा का शिकार दूसरा वर्ग है वृद्धजन। जीवन की ढलान पर फिसलते कदम अनिश्चय व बेसहारे होने के भय से ठिठक जाते हैं। ज़िन्दगी के उत्तरार्ध में व्यक्ति स्वयं को समाज से अलग, निष्क्रिय एवं उपेक्षित महसूस करता है। दरअसल इसमें ज़मीनी सच्चाई भी है। आज का सामाजिक परिवेष ही ऐसा बन चुका है। एकल परिवार के चलन वाली और स्वच्छंदता की हामी वर्तमान पीढ़ी महंगाई की मार से असहिष्णु बन गई है। समाज बूढ़े-बुजुर्ग मात-पिता को अपने सिर की छाया की बजाय बोझ मानने लगा है। दिनोंदिन बढ़ती जा रही यह समस्या भारतीय समाज को कलंकित कर रही है। छोटे-छोटे बच्चे भी मंहगी शिक्षा, पुस्तकों का बोझ, स्वस्थ प्रतियोगिता का अभाव, पढ़ाई में जी तोड़ मेहनत, अभिभावकों की उपेक्षा एवं अधिक अंक से पास होने

का दबाव आदि कारणों से निराशा के शिकार हो रहे हैं।

विश्व गगन में उदित होता आशा का सूर्य

गहन तन्द्रा से सम्मोहित निद्रा के आगोश में विश्व चाहे अहंकार के भ्रम में सोया रहे किन्तु आशा के सूर्य परमसत्ता परमेश्वर को तो अनादि कालक्रम में उदित होना ही है। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के हज़ारों सेवाकेन्द्र आध्यात्मिक, सांस्कृतिक एवं समग्र जागरण हेतु अलख जगा रहे हैं। **ईश्वरीय ज्ञान एवं सहज राजयोग के प्रकाश से कई जीवन पथ प्रकाशित हो रहे हैं। ब्रह्मचर्य, दैवीगुण, संयम, तप-त्याग एवं सेवा-सद्गुणों से शृंगारित कितनी विभूतियाँ आत्म परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन के पुण्य कार्य में संलग्न हैं।** संभव है, सहसा इन बातों पर सम्पूर्ण विश्वास शायद विश्व न कर पाये क्योंकि उनींदी आंखें एकाएक उगते सूर्य को देख नहीं सकतीं किन्तु विश्व गगन में उदय हुआ आशा का सूर्य शनैः शनैः निराशा के अंधकार को समाप्त कर ही देगा।

आध्यात्मिकता में है निराशा का निराकरण

सर्वोच्च सत्ता में आस्था, आत्म विश्वास, सकारात्मक चिन्तन, रचनात्मक प्रवृत्ति, सत्साहित्य का अध्ययन एवं सत्संग ये उपाय हैं निराशा व हताशा की गहरी पर्त को हटाने तथा उदासी को मिटाने के। किन्तु सार्थक तथा स्थाई समाधान तो आध्यात्मिकता ही है। ध्यान अर्थात् राजयोग की शिक्षा एवं अभ्यास अंधकार में भी प्रकाश का उदय कर देता है। निराश मन में प्रसन्नता का संचार होने लगता है। राजयोग एक ओर ईश्वर से सतत स्नेहयुक्त सम्बन्ध जोड़ देता है, वहीं मानसिक आधि-व्याधियों से मुक्त कर स्वस्थ एवं सार्थक जीवन के लिए भावभूमि प्रदान करता है। ईश्वरीय स्नेह रेगिस्तान सम शुष्क जीवन में अमृत की वर्षा कर देता है। जब सांसारिक प्रेम में भी व्यक्ति जीवन का सम्बल ढूंढ़ लेता है चाहे वह क्षणभंगुर ही क्यों न हो तो परमात्म प्रेम की अक्षुण्ण धारा तो पृथ्वी पर उस गंगा का अवतरण ही है जिसमें सागर के साठ हज़ार पुत्र पुनर्जीवित हो उठते हैं। राजयोग हमें सृष्टि नाटक में अपने सर्वश्रेष्ठ अभिनय के लिए प्रेरित करता है, साथ-ही-साथ इसे साक्षीद्रष्टा बन देखने की कला भी सिखाता है। सन्तुलन में ही सफलता है किन्तु उमंग-उत्साह के दोनों मजबूत पहिये ही जीवन रथ को खींचने में सक्षम होंगे। राजयोग के आलोक में नई विश्व व्यवस्था का हम दर्शन कर सकते हैं। तो आइये, हम संसार से निराशा का कुहासा दूर करते चलें।

बुझ जाये शमा तो
जल सकती है,
तूफान से किश्ती भी
निकल सकती है,
मायूस न हो, इरादे न बदल,
तकदीर किसी वक्त
बदल सकती है।

OOO

सूरत- आध्यात्मिक स्नेह मिलन का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी दादी रत्नमोहिनी जी । साथ में ब्रह्माकुमारी सरला बहन, मेयर बहन स्नेहलता चौहान, नगरपालिकायुक्त भ्राता जी.आर. अलोरिया, ज़िलाधीश भ्राता पंकज जोशी, दक्षिण गुजरात विश्वविद्यालय के उपकुलपति भ्राता प्रेम शारदा जी, ब्रह्माकुमारी लता बहन तथा अन्य ।

ब्रह्मचर्य की असम्भव धारणा सम्भव बन गई

ब्रह्माकुमार रामकुमार, ढाणी-मिराण (हरियाणा)

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में प्रथम दिन प्रदर्शनी समझते ही मुझे ऐसा लगा कि सत्य ज्ञान है तो यही है। जब ब्रह्मचर्य व्रत की पालना की बात आई तो पहले तो मुझे यह बात असम्भव और अव्यवहारिक लगी परन्तु जब ईश्वरीय महावाक्यों में अजपाजाप शब्द सुना तो उसने मेरे हृदय को छू लिया। मैं निरन्तर याद में रहने का अभ्यास करने लगा। बड़ी रुचि पैदा हुई। एक दिन योगाभ्यास के दौरान परमात्मा शिव के ज्योतिर्बिन्दु स्वरूप का ऐसा स्पष्ट अनुभव हुआ कि मैं अतीन्द्रिय सुख में रमण करने लगा। परमात्मा का अनुभव करने सम्बन्धी मेरे समस्त प्रश्न इससे हल हो गए। ईश्वरीय निश्चय में दृढ़ता आ गई। भोजन, जल, वस्त्र आदि सभी प्रकार की शुद्धियाँ जीवन का लक्ष्य बन गईं। ब्रह्ममुहूर्त में उठना प्रारम्भ हो गया।

ब्रह्मचर्य की धारणा

एक दिन ज्ञानामृत पत्रिका के एक लेख में पढ़ा कि ''यदि आपको एक गिलास दूध में एक बूँद भी विष की मिला कर दें तो क्या आप दूध पीना पसन्द करेंगे ? नहीं पीना चाहेंगे ना ?'' इन पंक्तियों ने मेरे मर्म को स्पर्श किया कि ब्रह्मचर्य की धारणा तो दूध समान पवित्र होती है परन्तु एक बार भी काम रूपी विष का पान किया तो सारा जीवन ज़हरीला हो जाएगा। इस संकल्प ने कामजीत बनने के स्वर्ण संकल्प पर सुहागे का कार्य किया और मैंने दृढ़ संकल्प कर लिया कि भविष्य में काम-विष का पान नहीं होगा। भगवान शिव को याद कर उनके आगे प्रतिज्ञा कर ली - 'प्राण जाए पर वचन न जाए'।

ईश्वरीय मदद

इस भीष्म प्रतिज्ञा से मुझे नया मरजीवा जन्म मिला। स्वप्न तक भी व्यर्थ विचार नहीं चले। यदि मन में काम का विचार उठने को होता तो उसके साथ ही मस्तक में सूई-सी चुभती। तुरन्त रूहानी चुम्बक प्यारे शिव बाबा मुझ सूई को अपनी तरफ खींच लेते। मुझे प्यारे बाबा की स्मृति के लिए मेहनत नहीं करनी पड़ती। प्यारे बाबा ने, इस प्रकार, मुझे कामजीत की माला पहनाई। ईश्वरीय ज्ञान में आने से पहले मेरी दृष्टि में बुराई बहुत थी। इसकी रोकथाम के लिए मैं स्वाध्याय में या अन्य किसी कार्य में अपने को व्यस्त रखने का प्रयास करता था। फिर भी मैली दृष्टि स्वच्छ नहीं हो पाई थी। जब भी किसी वाहन के पीछे लिखा हुआ पढ़ता कि 'बुरी नजर वाले तेरा मुँह काला', तो यह वाक्य मुझे मेरे ऊपर सही उतरता महसूस होता। भरसक कोशिश करता कि किसी की देह पर दृष्टि आकर्षित न हो फिर भी दृष्टि विकारी हो जाती। मैं सोचा करता था कि इन आँखों से तो सूरदास बन कर रहना अच्छा है। परमात्मा से मैं प्रार्थना किया करता था कि मुझे ऐसी आँखें नहीं चाहिएँ। आत्मग्लानी मुझे बराबर होती रहती थी। भगवान शिव ने आत्मिक ज्ञान देकर मेरी पवित्रता की मनोकामना पूर्ण कर दी। ईश्वरीय महावाक्यों में जब पढ़ा कि पहले नम्बर के विकारी ही पहले नम्बर के निर्विकारी भी हो सकते हैं तो मुझे यह बात बहुत अच्छी लगी, मन में जँच गई कि यह बात मेरे लिए ही कही है प्यारे बाबा ने। मैंने दृढ़ धारणा कर ली कि परमात्म बल से पहले नम्बर का निर्विकारी बन कर ही रहूँगा।

ज्ञानामृत ने दिखाई ज्ञान-राह

मेरा जन्म साधारण परिवार में ढाणी-मिराण में हुआ। बचपन से ही धार्मिक रुचि थी। कीर्तन सुनने का विशेष शौक था, ज्यों-ज्यों बड़ा हुआ गुरु की तलाश में मन भटकने लगा। शिक्षक के रूप में सेवा कार्य करते मुझे जहाँ-जहाँ अवसर मिले, धार्मिक

उपदेश ग्रहण करने की पूरी कोशिश की। सर्वधर्म प्रार्थना सभा, जैनाचार्य तुलसी जी के प्रवचन, आर्य समाज के गुरुओं के समारोह, राधास्वामी सत्संग, सच्चा सौदा, पुरी के शंकराचार्य के यज्ञ कार्यक्रम, आचार्य कृपलानी जी के प्रवचन आदि सभी में आत्म सन्तुष्टि के लिए शामिल हुआ परन्तु मन की इच्छा अधूरी ही रही। हनुमान जी के व्रत, सुन्दर काण्ड के पाठ, रामचरित मानस, महाभारत, श्रीमद्भगवद्गीता, वेद, सत्यार्थ प्रकाश आदि का भी अध्ययन किया पर स्थाई शान्ति का मार्ग कहीं दिखाई नहीं दिया, न ही कोई लौकिक देहधारी गुरु मन को भाया।

स्वामी विवेकानन्द, कबीर जी, सूरदास जी, मीरा जी आदि अनेक सन्तों की जीवनी और उनके साहित्य का गहन रुचि से अध्ययन किया। अल्पकाल की सन्तुष्टि के अलावा कुछ भी न मिला। हाँ, 'अखण्ड ज्योति' तथा 'कल्याण' आदि पत्रिकाओं को पढ़ने से मुझे आत्मा के अस्तित्व और पुनर्जन्म में पूर्ण विश्वास हो चुका था।

एक महात्मा जी ने मुझे सवा लाख बार 'ओम नमो शिवाय' यह मन्त्र जपने की सलाह दी। मैंने जपना प्रारम्भ किया, आत्मशक्ति का अनुभव भी किया। रास्ते में पड़े काँटे और पत्थर उठा देने जैसे छोटे-छोटे नैतिक परिवर्तन भी आए परन्तु पुराने तनाव पूरी तरह समाप्त नहीं हो पाए और मेरा व्यवहार विकृति में बदल गया जिसे समाप्त करने के लिए मुझे दवाइयों का सहारा लेना पड़ा। ऐसा क्यों हुआ, इस पर विचार किया तो यही उत्तर मिला कि मन्त्र रूपी शुद्ध चिन्तन से अन्तरात्मा में जो शक्ति निर्मित हुई उसका सदुपयोग करने का सही मार्गदर्शन न होने से ऐसा हुआ।

जीवन में श्रेष्ठ परिवर्तन

इतना सब करने के बाद आखिर मेरी अर्जी पर ईश्वरीय स्वीकृति की मोहर लगी, मेरे सौभाग्य ने करवट बदली और एक शुभचिन्तक दुकानदार भाई से मुझे दो 'ज्ञानामृत' पत्रिकाएँ प्राप्त हुईं। उनके सभी लेख मुझे बहुत अच्छे लगे परन्तु कई लेखों में 'सहज राजयोग' के उल्लेख को पढ़ कर मैं उस ओर बहुत आकर्षित हुआ। मैंने ग्रीष्मावकाश में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय, सिवानी से सम्पर्क स्थापित किया और सहज राजयोग की कक्षाओं का नियमित विद्यार्थी बन गया। जब से राजयोगी बना हूँ, जीवन में आमूल-चूल परिवर्तन हुए हैं। दृष्टि बदलने से सृष्टि बदल गई है। कौड़ी जैसा जीवन हीरे-तुल्य बन गया है।

अब सहन शक्ति बहुत बढ़ गई है। बदला लेने की भावना के बजाए खुद को बदलना आ गया है। नकारात्मक को सकारात्मक में बदलने की शक्ति मिल गई है। निन्दक भी मित्र दिखाई देने लगे हैं। सबके प्रति बिना भेद-भाव के शुभ-भावना ही रहती है। स्वभाव का चिड़चिड़ापन बिल्कुल समाप्त हो गया है। हरदम आन्तरिक खुशी रहती है। किसी भी समस्या का समाधान पहाड़ से राई बन कर, नथिंग न्यू के संकल्प के समान अति सहज हो गया है। ट्रस्टी बन जीवन जीने की कला आ गई है। अब मैं कभी किसी से नाराज नहीं होता, मेरे से चाहे कोई नाराज़गी महसूस करे। परमात्मा के चिन्तन से सभी चिन्ताओं से मुक्त हो गया हूँ। अब तो एक ही बात का ध्यान रहता है कि कभी कोई मनसा, वाचा, कर्मणा विकर्म नहीं हो जाए। अव्यवस्थित दिनचर्या व्यवस्थित हो गई है। जीवन की सोच महान बन गई है। अपने आप को बहुत ही भाग्यशाली समझने लगा हूँ।

घर में गीता पाठशाला चलाता हूँ, विद्यालयों में नैतिक जागृति, राष्ट्रीय भावात्मक एकता एवं विश्व एकता का सन्देश प्रवाहित करना तथा भावी भारत की तकदीर की तस्वीर को सशक्त कर चारित्रिक उत्थान करना अपने जीवन का लक्ष्य बना लिया है। छात्र-छात्राओं के चारित्रिक उत्थान के माध्यम से भारत को महान

बनाने में शिव बाबा मुझ आत्मा को मददगार बना रहे हैं। 'बाल नैतिक शिक्षा भाग-1', 'अच्छे बच्चे' एवं 'नैतिक शिक्षा एवं चारित्रिक निर्माण भाग-2' विद्यालयों के छात्रों-छात्राओं के लिए आधार का काम करती हैं। विद्यालयों के माध्यम से बच्चों की सेवा में बड़ा आनन्द आता है। सभी अध्यापक-अध्यापिकाएँ भी लाभान्वित होते हैं। अनेक सम्पर्क में आने वाली आत्माएँ परमात्म बल से धूम्रपान एवं शराब आदि व्यसनों से मुक्त होती जा रही हैं।

इस प्रकार तीव्र पुरुषार्थ से सम्पूर्ण बनने की ओर जीवन बढ़ रहा है। मैं विचार करता हूँ कि बसों में प्रचार करने वाले लोग उमंग से अपनी वस्तुओं का विज्ञापन करते हैं चाहे कोई उनको खरीदे या नहीं खरीदे। यही अपना भी उद्देश्य है कि प्यारे शिव बाबा के ईश्वरीय सन्देश को उमंग से सबको सुनाया जाए। जिम्मेदारी के ताज का पूरा ओना रहता है। कई भाई पूछते हैं कि आप यह दावे के साथ कैसे कह देते हैं कि इस विद्यालय के 7 लाख भाई-बहनें ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करते हुए विश्व कल्याण की सेवा कर रहे हैं। मैं जवाब दिया करता हूँ कि जब एक मिश्री की छोटी डली आपको मिठी लगती है तो क्या आप का यह विश्वास नहीं है कि जब कोई दूसरा भी इसको चखेगा तो उसको भी यह मीठी ही लगेगी न कि फिटकरी की तरह खारी।

आप भी राजयोगी बनिए। निश्चित रूप से परमात्म बल से आपकी आत्मा रूपी बैटरी चार्ज हो जायेगी। बीड़ी, सिगरेट, शराब आदि नशे अपने आप ही छूट जायेंगे। सिर्फ करके देखिए, बिना देखे ही नकारात्मक दृष्टिकोण से फायदा नहीं होगा। यदि निश्चय के साथ राजयोगी जीवन अपनाओगे तो सफलता आप के भी गले का हार बन जाएगी। इसलिए यदि उमंग-उत्साह और खुशी का जीवन जीना चाहते हो तो नजदीकी प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की किसी भी शाखा से सम्पर्क स्थापित कर सहज राजयोग का अभ्यास कीजिए। जीवन खुशियों से भरपूर सहज एवं कलापूर्ण हो जायेगा।

आध्यात्मिक पथ के हे राही

ब्र.कु. निर्मल पुरोहित, गुवाहाटी, आसाम

आध्यात्मिक पथ के हे राही,
है मार्ग फिसलना, फिर-फिर सम्भलना भाई।
हराने को मन को आकर्षण आयेंगे,
विघ्नों के बादल विश्वास को हिलायेंगे।
रहना अडिग, जो राह अपनाई,
अध्यात्मिक पथ .....
पवित्रता की शक्ति अनोखी, गुण यह सर्व महान,
जीवन में गर पवित्रता है तो पूरे हों सब अरमान।
'पवित्र भव, योगी भव' का प्रभु से ले वरदान,
ज्ञान-चक्षु खोल, माया के हर रूप को पहचान।
सफलता की यह कुँजी, दिव्यता इसमें समाई,
आध्यात्मिक पथ के हे राही।।
योगी का साथी भगवान, हों मुश्किलें सब आसान,
अतीन्द्रिय सुख का अनुभव करता, नहीं देह का भान।
ज्ञान ईश्वर का अमृत है देता यह नवजीवन,
बुद्धि को दिव्य बनाता और पावन करता मन।
संगमयुग पर शिव ने ज्ञान गंगा है बहाई,
आध्यात्मिक पथ के हे राही,
है मार्ग फिसलना, फिर-फिर सम्भलना भाई।।

शिक्षालयों की गिरती गरिमा बचाइये

ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

इस बार गणतन्त्र दिवस पर एक वरिष्ठ विद्यालय के निमन्त्रण पर उनके ध्वजारोहण कार्यक्रम में जाना हुआ। हमारे पहुँचते ही मंच से सांस्कृतिक कार्यक्रमों तथा मेधावी विद्यार्थियों को इनाम वितरित किए जाने की भी घोषणा हुई। उद्घोषक ने भिन्नता को बनाए रखने की मानवीय चाहना को ध्यान में रख कर कार्यक्रमों का क्रम सजाया हुआ था।

हमें सामने की कुर्सियों पर बिठाया गया था। प्रधानाचार्य तथा कुछ विशिष्ट पदाधिकारी हमारे दाएँ-बाएँ बैठे थे। हमें कहा गया था कि आपको आध्यात्मिक प्रवचन करने हैं, हम उसी प्रकार की मन:स्थिति बना कर मंच पर टकटकी लगाए बैठे थे। परन्तु हमारे आश्चर्य का ठिकाना न रहा जब एक 15 वर्ष की कन्या, जिसने नीचे से ऊपर तक शृंगार किया हुआ था और भड़कीली पोशाक पहनी थी, मंच पर आई और उसने एक फिल्मी गीत पर, जिसका अर्थ बड़ा भद्दा था, हाव-भाव बना कर नाचना प्रारम्भ कर दिया। मैं तो जैसे असमंजस में पड़ गई कि आज का दिन कौन-सा है और यह क्या हो रहा है। मैंने अपने को असहज महसूस किया तो चारों तरफ नजरें घुमा कर देखा कि शायद कोई और भी इस तरह की मन:स्थिति में हो। परन्तु मेरे पाँवों के नीचे से ज़मीन तो पूरी ही खिसक गई जब मैंने अध्यापकों में से कइयों को एक-दूसरे के कंधे पर हाथ रख कर चमकीली आँखों से एक-दो का साथ देते हुए उस नृत्य का आनन्द लेते देखा। सभा में विराजमान उस क्षेत्र के तथाकथित सभ्य लोगों का भी वही हाल था। मन में विचार चला कि क्या यह विद्या का मन्दिर है, क्या यह माँ सरस्वती की कर्मस्थली है या कोई नाच-तमाशे का जमघट? संसार के लोगों को इतना तो ज्ञान रहता ही है कि जैसा समय वैसी स्थिति अच्छी लगती है। जैसे हँसी के मौके पर रोने वाला मूर्ख माना जाता है, इसी प्रकार, देश के गणतन्त्र दिवस समारोह के मंच पर देह-अभिमान पैदा करने वाले इस गीत को पेश करने की अनुमति देने वाले क्या सचमुच बुद्धिमान हैं? ऐसे कार्यक्रम कई थे पर मैंने एक का ही ज़िक्र करके वस्तुस्थिति को समझने, समझाने का प्रयास किया है। मेरे मन में शिक्षा के सम्बन्ध में ज़ोरदार चिन्तन चल पड़ा और याद आया भारत का अतीत जब बच्चा घर में माँ-बाप के सान्निध्य में रह कर पहली पाठशाला पूरी कर लेता था, कर्म और व्यवहार की बहुत ऊँची बातें सीख लेता था। तैतरीय उपनिषद में एक घटना का ज़िक्र आता है जिसमें एक पिता अपने 5 वर्षीय पुत्र से एक बीज मँगवाता है और तोड़ने के लिए कहता है और फिर पूछता है कि इसके भीतर क्या है, वह देखो। बच्चा बीज के गुदे के अलावा कुछ देख-समझ नहीं पाता है। तब पिता बताता है कि इस बीज में एक नया पेड़ छिपा है। बीज के श्रेष्ठ होने पर ही पेड़ श्रेष्ठ बनता है। इसी प्रकार, मानव शरीर की रचना भी उसके संकल्पों के अनुसार होती है। संकल्प श्रेष्ठ होते हैं तो शरीर निरोग और सुन्दर बनता है। विचारों के दूषित होने से शरीर भी रोगी और कुरूप हो जाता है। बच्चा बीज के माध्यम से विचारों के महत्त्व को बाल्यकाल से ही जान जाता है।

इसके बाद बच्चे की जीवनचर्या गुरुकुलों के कठोर अनुशासन के अनुसार ढाली जाती थी। राजा लोग यदि चाहते तो उन गुरुओं को महलों में बुला सकते थे, उन्हें साधन-सुविधा देकर अपने राजकुमारों को भी साधनों के सुख के साथ पढ़ा सकते थे परन्तु

ऐसा नहीं होता था। राजा या ऋषि का बच्चा दोनों ही एक समान कठोर दिनचर्या व्यतीत करते थे। राजकुमार भी ब्रह्ममुहूर्त में उठते थे और फिर यज्ञ कर्म सम्पन्न करना, झाड़ू लगाना, पानी भरना, गउओं की सम्भाल करना, जंगल से लकड़ी लाना, खेतों में काम करना, गुरु के पाँव दबाना आदि सब काम करते थे। इससे उनको साधनायुक्त जीवन और मेहनत तथा सादगी के महत्त्व का ज्ञान हो जाता था। बड़े होकर वे कुन्दन से दमकते चरित्र के साथ गद्दी पर बैठते थे और प्रजा को साथ लेकर चलते थे, प्रजा के हर दर्द को समझते थे। महाभारत आख्यान में द्रोणाचार्य जी कहते हैं - 'आत्मिक उन्नति मेरे जीवन का ध्येय था। विद्या मेरी बड़ी पूँजी थी जिसको कभी किसी के हाथों बेचा नहीं वरन् मुक्त हाथों से बाँटा।' इस प्रकार विद्याध्ययन एक पवित्र कर्म था जिसमें शिक्षक और शिक्षार्थी दोनों ही मर्यादा की डोरी में बँधे रह कर जीवन को उज्जवल व चरित्रवान बनाते थे। वे समाज द्वारा मान, श्रद्धा तथा सहयोग के पात्र समझे जाते थे।

स्वतन्त्रता के बाद भारत सरकार ने शिक्षा पर बहुत ज़ोर दिया। गाँव-गाँव में विद्यालय खोले, पाठ्य पुस्तकें छापीं, नए-नए पाठ्यक्रम पढ़ाए जाने लगे परन्तु धर्म निरपेक्षता की ओट में शिक्षा को आत्माविहीन कर दिया। शिक्षा का विशाल जाल और इसका बढ़ता साजो-सामान, बिना मूल्य प्रधानता के, मृत के शृंगार जैसा हो गया है। सद्गुण हर व्यक्ति के लिए रोज़ी-रोटी की तरह आवश्यक हैं। इनके अभाव में तो मानव का जीवन पशु से भी बदतर हो जाता है। सद्गुण रूपी सम्पत्ति से विद्यार्थियों को वंचित करना तो देश के भविष्य के कर्णधारों को नाकाम और पंगु बनाना है। विद्या की देवी सरस्वती को सफेद परिधान में दिखाने का अर्थ है कि विद्या का सम्बन्ध सादगी और पवित्रता से है। इन दो गुणों की धारणा से प्रेम, सच्चाई, ईमानदारी, अनुशासन, समयबद्धता, एकाग्रता, शान्ति, सहयोग, भाईचारा, करुणा आदि गुणों का विकास होता है। उपरोक्त सभी गुणों से सज्जित व्यक्ति ही सच्चा शिक्षित है । वही नम्र हो सकता है और वही अहंकार आदि नकारात्मक वृत्तियों से मुक्त हो सकता है। तभी विद्या की परिभाषा देते समय कहा गया है - 'विद्या ददाति विनयम्' और 'या विद्या सा विमुक्तये' अर्थात् विद्या नम्र बनाती है और विद्या वही है जो मुक्ति प्रदान करती है परन्तु अश्लीलता, देह-अभिमान, फैशन और विकारों ने आज शिक्षक और शिक्षार्थी सभी की आत्माओं और पवित्र भावनाओं को जकड़ लिया है। कोई विरला ही अपने कर्त्तव्य पर अडिग देखने में आता है परन्तु बन्दरों की भीड़ में 'बया' की तरह वह भी अपने को अकेला और अन्यों से कटा-कटा महसूस करता है।

आज अवसरों की गरिमा को भुला दिया गया है। बात एक विद्यालय की नहीं है, किसी अन्य का भी यही किस्सा हो सकता है। बात हमारी दिशा की है। हम किस तरफ जा रहे हैं। अपने बच्चों को, आने वाली पीढ़ी को क्या सिखाना चाहते हैं? यदि आज हम यह समाचार पढ़ते हैं कि अध्यापक ने विद्यालय परिसर में छात्रा से दुर्व्यवहार किया या दुष्कर्म किया तो इन समाचारों की पृष्ठभूमि किसने तैयार की ? क्या हमारी हर व्यवस्था, हर कार्यक्रम, हर आयोजन काम, क्रोध और विकारों के ईंधन से ही गति पाता है। क्या पवित्र अवसरों पर सुनने-सुनाने के लिए हमारे पास गीतों और बातों का अकाल पड़ गया है या हमारी नज़र उल्लू की तरह अंधकार भरी चीज़ों को ही टटोलने में अपनी सार्थकता समझती है।

हमें अपने से यह पूछना होगा और अपने को टटोलना होगा। कोई कह सकता है कि आप इतनी असहज क्यों होती हैं, यह तो आजकल का दस्तूर है **परन्तु मानव जीवन के अन्य**

शेष पृष्ठ.....22 पर

त्याग की शक्ति

ब्रह्माकुमारी शीलू, आबू पर्वत

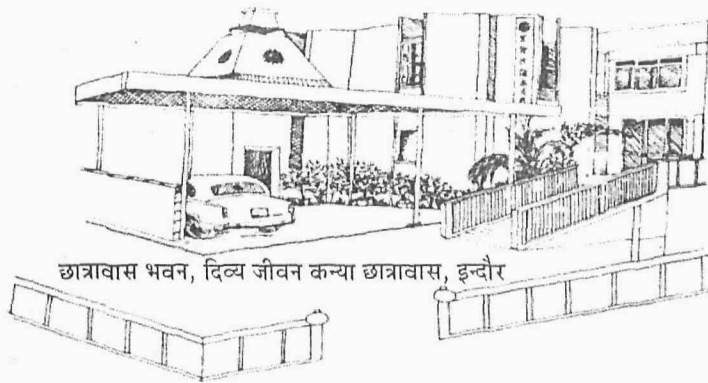
त्याग एक बहुत बड़ी शक्ति है। जिसमें यह शक्ति आ जाती है वह बहुत महान बन जाता है। कई लोग सोचते हैं कि त्याग करना कायरता है जैसे कि कई लोग सहन करने को कायरता समझते हैं। लेकिन सहन करना बहुत बड़ी शक्ति है, वैसे ही त्याग करना भी एक बहुत बड़ी शक्ति है। त्याग का अर्थ है व्यक्ति, वस्तु, वैभव, परिस्थिति पर से अपना अधिकार समाप्त करना। कई बार हम अपना अधिकार इन पर से समाप्त करते भी हैं लेकिन यदि यह स्वेच्छा से, खुशी से, किसी के सुख की खातिर और समाज के कल्याण के लिए करते हैं, तो वह सतोगुणी कहलाता है। मजबूरी से, भय से, स्वार्थवश या ज़िद्द के कारण किया गया त्याग रजोगुणी वा तमोगुणी कहलाता है। उदाहरणार्थ आप रास्ते पर जा रहे हैं, एक चोर आपकी जेब काट लेता है और आपके पैसे चले जाते हैं तो यह आपकी तरफ से त्याग हो गया। यह मजबूरी का त्याग है। कई बार भय के कारण भी त्याग करते हैं। आप रास्ते पर जा रहे हैं और आपके पास गहने हैं, घड़ी है, कोई आपको बन्दूक दिखा कर कहता है कि ये सब हमें दे दिजिए, नहीं तो आपको मार डालेंगे। तो आप जीवन बचाने के लिए धन या जेवर को दे देते हो। यह हुआ भय के कारण त्याग। कई बार व्यक्ति स्वार्थवश त्याग करता है और सोचता है कि अगर मैंने थोड़ा त्याग किया तो बहुत बड़ी प्राप्ति होगी। यह रजोगुणी त्याग कहलाता है। कई बार व्यक्ति ज़िद्द में आकर भी त्याग करता है। मान लीजिए, किसी ने अपने दोस्त से कहा कि मैं चार दिन खाना नहीं खाऊँगा, मैं रह सकता हूँ। दूसरा दोस्त कहता है कि यह तो हो ही नहीं सकता। अब पहला दोस्त ज़िद्द पर अड़ जाता है और चार दिन तक भोजन का त्याग कर देता है। तो ये सभी त्याग रजोगुणी व तमोगुणी त्याग हैं। कई बार व्यक्ति अपनी कमजोरी व दूसरों की कमजोरी के कारण भी त्याग करता है। एक संन्यासी ने अपनी पत्नी और घर का त्याग इसलिए किया क्योंकि उसकी पत्नी हर महीने एक नई साड़ी माँगती थी। तंग आकर उसने सोचा कि चलो संन्यासी बन जाओ। यह त्याग भी कोई सतोगुणी त्याग नहीं माना जाएगा।

वास्तव में, त्याग की बहुत बड़ी गहराई है। त्याग की गई वस्तु का मन में चिन्तन भी नहीं चलना चाहिए। त्याग का सही अर्थ है - त्याग का भी त्याग हो। अगर कोई व्यक्ति त्याग करके यह सोचे कि मैंने कोई कम त्याग किया है क्या, तो यह संकल्प भी त्याग को खत्म कर देता है। त्याग सच्चा सुख पाने का आधार है। हम मोहवश या लोभवश जिसके अधीन हैं, अगर स्वेच्छा से उसका त्याग कर देते हैं, तो यह भाग्य की निशानी है। यह कष्ट की निशानी नहीं है क्योंकि इसके आधार से आत्मा को सच्चा सुख मिलता है। अत: सच्चा त्याग या सर्वोत्तम त्याग है मन, वचन, कर्म द्वारा विकारों का त्याग, बुराइयों का त्याग। वस्तु, व्यक्ति, वैभव का त्याग, तो इस सच्चे त्याग का अंश हैं। जब हम विकारों का त्याग करते हैं तो सच्ची शान्ति का अनुभव होता है। वासनाओं का त्याग बहुत बड़ा त्याग है। ऐसे त्यागी को महान आत्मा भी कहा जाता है। मान लीजिए, एक व्यक्ति को क्रोधवश बदला लेने का, हिंसा करने का ख्याल आ रहा है पर वह थोड़ी समझ से इसका त्याग कर देता है तो इसके फलस्वरूप समाज में शान्ति की वृद्धि होती है। इसलिए बदला न लेकर स्वयं को बदलना यह बहुत बड़ा त्याग है। वैर रखना, नफरत करना, क्रोध करना, ईर्ष्या करना यह बहुत सहज है। आत्मा देह-अभिमान के कारण इन विकारों के वशीभूत बहुत जल्दी हो जाती है। लेकिन स्वचिंतन, आत्मज्ञान और परमात्मा की याद के आधार से अगर इन विकारों का, बुराइयों का त्याग

कर देते हैं तो यह सतोगुणी त्याग, सर्वोत्तम त्याग कहा जाता है। लोभवश इन्सान बेईमानी, हेरा-फेरी, भ्रष्टाचार और मिलावट करता है। व्यक्ति यदि समाज की खातिर इन बुराइयों का त्याग कर देता है तो यह त्याग ऊँचा माना जाएगा। इसी तरह मैं-पन का त्याग भी बहुत बड़ा त्याग है।

त्याग एक बहुत बड़ा बल है जिससे आप शक्तिशाली बन सकते हैं और आपसे कई आत्माएँ प्रेरणा ले सकती हैं। राजयोग के अभ्यास से आत्मा में त्याग करने की शक्ति भर जाती है। इससे मन, बुद्धि में श्रेष्ठ चिन्तन चलता है कि मैं एक शुद्ध आत्मा हूँ। इसके फलस्वरूप अशुद्ध चिन्तन स्वत: ही खत्म हो जाता है। त्याग एक ऊंची शक्ति है जिसने ईश्वर से सच्ची प्रीत रखी है उसके लिए त्याग करना बहुत सहज है। ईश्वर या वस्तु दोनों में से एक से प्रीत हो सकती है। वस्तुओं से प्रीत एक दिन धोखा दे सकती है क्योंकि वस्तु विनाशी है लेकिन ईश्वर अविनाशी है। ईश्वर की प्रीत अविनाशी सुख का अनुभव कराती है। परमात्मा सम्पूर्ण पवित्र है, सम्पूर्ण निर्विकारी है। उनकी हर महिमा सम्पूर्णता से मापी जाती है। जैसे सागर कितना गहरा, कितना विशाल है, इसी प्रकार परमात्मा भी गुणों में सम्पन्न और सम्पूर्ण है। तो ईश्वर से जब सच्ची लगन लग जाती है तो वस्तुओं का त्याग करना बहुत बड़ी बात नहीं लगती। संसार का त्याग करके जंगल में जाना कायरता है, पलायनवाद है। राजयोग हमें शिक्षा देता है कि संसार में रहें, वस्तुओं का उपभोग करते रहें लेकिन यह सब करते हुए भी इनमें फँसें नहीं। सतोगुणी त्याग तब ही माना जाएगा जब सब वैभव, व्यक्ति, वस्तु हमारे सामने हों, पर हमारी आँखें उनमें न डूबें, उनके प्रति लोभ पैदा न हो, मोह जागृत न हो। खुद को सुखी बना कर कइयों को दु:खी करना यह कोई सच्चा सुख नहीं है। औरों के सुख में ही हमारा सुख समाया हुआ है क्योंकि औरों को यदि सुख दे सकेंगे तो उनकी दुआएँ प्राप्त कर सकेंगे। हम दृढ़ संकल्प करें, प्रतिज्ञा करें कि हमें व्यसन, विकार, अशुद्धि, बुराई का त्याग करना है। अगर ऐसा दृढ़ संकल्प किया तो उस त्याग के आधार से भाग्य बहुत उज्ज्वल बनेगा। यह महसूसता भी नहीं होगी कि हमने कुछ त्याग किया भी है। हम ईश्वर से जन्म-जन्म भीख माँगते आए हैं कि प्रभु शान्ति दो, सुख दो, खुशी दो, शक्ति दो। हम माँगते हैं भिखारियों की तरह लेकिन भूल जाते हैं कि इसका साधन त्याग है। जिसको दूसरे शब्दों में कहते हैं छोड़ो तो छूटे। जिससे प्रीत होती है उसके लिए कुछ भी त्याग करना या उसकी पसन्द को अपनी पसन्द बनाना सहज लगता है। ईश्वर भी परम पवित्र है और उनकी खातिर किया गया बुराइयों, व्यसनों, विकारों का त्याग, त्याग नहीं लगता बल्कि भाग्य लगता है। देह-अभिमान से उत्पन्न विकारों ने हमारे सुख और शान्ति को लूटा है इसलिए तो विकारों का त्याग करना अनिवार्य है। जैसे आप के घर में यदि अच्छी सेवा और मेहनत करने वाला नौकर हो पर एक दिन आप को पता पड़े कि यह नौकर चोर है। यह छोटी-छोटी चोरियाँ करता रहता है। तो इसके बाद आप उस नौकर को एक पल भी अपने घर में नहीं रखेंगे। चाहे आपकी उससे कितनी भी प्रीत क्यों न हो, चाहे उसमें कितने भी गुण क्यों न हो, चाहे वो आपको कितना ही सुख क्यों न देता हो, मेहनती क्यों न हो लेकिन चोर तो चोर ही है। तो इन विकारों का त्याग करना भी सहज है क्योंकि इन्होंने आत्मा कि सच्ची शक्ति और गुणों को नष्ट किया है। इसीलिए दुनिया के आकर्षण और वैभव सब खोखले लगते हैं। ऐसे लगते हैं जैसे कि अभी गए कि गए। तो जबकि त्याग तो करना ही है तो क्यों नहीं स्व इच्छा से, खुशी से, इन बुराइयों का त्याग करें और आत्मा को शुद्ध पवित्र बना कर परमात्मा के समान बनाएँ। तब ही हमारा जीवन सफल होगा और हर जन्म में सफल होता रहेगा।

▲▲▲

धरती माँ का लाडला - शक्ति निकेतन

छात्रावास भवन, दिव्य जीवन कन्या छात्रावास, इन्दौर

इस बिखरे आस्मां का रूप अब
देखा नहीं जाता,
दूषित विश्व की दास्तां का
बयां किया नहीं जाता,
देख धरती माँ का दर्द
खुद सुख भी यह कहने लगा,
ऐसा करुण क्रंदन
अब सहा नहीं जाता।

आज का यक्ष प्रश्न है कि गाँधी और गौतम के, रामराज्य के जो सपने पीड़ा के प्रलाप में बदल गए हैं उन्हें सुखद ताल में कौन बदलेगा? आने वाली हर पीढ़ी वर्तमान की विषाक्त धूप में कुम्हला रही है और तलाश रही है कोई आसरा, आशा की कोई किरण ताकि उम्मीद का चिराग जले। इस पुकार को सुन, उपकार की वर्षा करने के लिए और धरती माँ के ख्वाब को हकीकत में बदलने के लिए वसुन्धरा की गोद में सन् 1982 में एक लाडला पैदा हुआ जिसको आज शक्ति निकेतन के नाम से जाना जाता है। शक्ति निकेतन बनाम दिव्य जीवन कन्या छात्रावास धरती माँ की गोद में एक रूहानी आशियाना बना। इस आशियाने ने एक बीड़ा उठा लिया कि विश्व चमन में बिखरी एक-एक नन्ही कली को अपने ज़ेहन में ऐसे सुरक्षित रखूँगा कि दुनिया की हवाओं का एक झोंका भी उन्हें धूमिल न कर सके, अपनी दहलीज पर कदम रखने वाली हर कली और जलने वाले हर दीपक की जिन्दगी को रूहानी परवरिश से एक ऐसी मंजिल पर पहुँचा दूँगा कि साधना की खुशबू से महकता उसका आचरण सारी दुनिया के लिए आदर्श होगा, उसकी कुर्बानियों का जलता चिराग हर अंधेरे दिल को प्रकाशित करने का एक मात्र सहारा होगा, उसके फौलादी इरादों का विश्वास हर जिन्दगी के लिए सफलता का एक अनोखा राजमार्ग होगा। शक्ति निकेतन के इस पावन संकल्प ने अनेकानेक कुमारियों का जीवन एक ऐसी खुली किताब बना दिया है जिसके हर पन्ने को पलट कर देखें तो वहाँ सच्चाई का पुंज, ईमानदारी का बल, कर्त्तव्य के प्रति प्रतिबद्धता का भाव और केवल एक ईश्वर के प्रति समर्पण मिलेगा। यहाँ रहने वाली हर कन्या की रग-रग से उठती भगवद् प्रेम की गूँज सारी दुनिया के लिए एक उदाहरण है। यहाँ संस्कारित हिम्मत और उत्साह का बीज जन्म-घूँटी की तरह उनकी मानसिकता में रोपित हो जाता है। पवित्र एवं शुद्ध भावनाएँ इस आध्यात्मिक रचना की बुनियाद हैं।

शक्ति निकेतन का अनोखापन इस बात में समाया हुआ है कि यह व्यक्ति के सम्पूर्ण विकास में भौतिकता एवं आध्यात्मिकता दोनों का साथ-साथ होना अति आवश्यक समझता है। इस मूल सिद्धांत को साकार रूप देने के लिए इसने सभी कन्याओं के लिए लौकिक और अलौकिक दोनों ही पढ़ाई पढ़ना अनिवार्य किया हुआ है। यहाँ पर आने वाली कन्याएँ, प्रारम्भ से ही भौतिक जगत की शिक्षा के साथ-साथ

आध्यात्मिक जगत की गहन बातों का भी अध्ययन करते हुए स्वयं में अनेकानेक दिव्य शक्तियों एवं दिव्य गुणों का भण्डार जमा करने लगती हैं। कन्याओं ने जहाँ एक ओर लौकिक पढ़ाई में प्रतिवर्ष सफलता का करिश्मा दिखा कर इन्दौर की शिक्षण संस्थाओं पर अपनी अमिट छाप छोड़ दी है, वहीं दूसरी ओर स्वयं को दिव्यगुणों की चैतन्य देवियाँ बनाने में भी कोई कसर नहीं छोड़ी है।

छात्रावास में विभागीय तौर पर शैक्षणिक, साहित्यिक, सांस्कृतिक, रचनात्मक, कलात्मक, क्रियात्मक, प्रयोगात्मक गतिविधियों का नियमित एवं साप्ताहिक संचालन होता है। छात्रावास का कारोबार 45 विशेष विभागों में विभक्त है। इन विभागीय गतिविधियों का क्रियान्वयन मुख्यत: वरिष्ठ कन्याओं द्वारा ही किया जाता है। अन्य कन्याओं का भी सहयोग इन्हें प्राप्त होता है। विभागीय गतिविधियों में भाग लेने के फलस्वरूप कन्याएँ विभिन्न कलाओं जैसे - पाक कला, चित्रकला, संगीत कला, नृत्यकला, गायन, वादन, अभिनय, निबंध, भाषण, नाटक, कविता, वाद-विवाद, सफाई, कढ़ाई-बुनाई, सिलाई, गृहसज्जा, पेंटिंग, दूरभाष, स्वागत, प्रबन्धन, व्यवहारिक सूझ, मेहमान-नवाजी आदि में दक्ष बन जाती हैं। इस तरह उनका जीवन पूर्णरूपेण ज्ञान-योग से सराबोर भी रहता है और स्वावलंबी भी बनने लगता है।

ब्रह्माकुमार ओमप्रकाश भाईजी के मार्ग-दर्शन में पला-बढ़ा यह अद्वितीय शक्ति निकेतन प्रभु-आशीष का ही फल है। इन कुमारियों के जीवन को उसूलों के साथ आदर्शों के ढाँचे में ढालने का श्रेय त्यागी, तपस्वी, प्रभुस्नेही आदरणीया ब्रह्माकुमारी करुणा बहन जी को जाता है। इन्होंने अभिभावक सम कन्याओं को वात्सल्यपूर्ण पालना भी दी है और आने वाले विघ्न-बाधाओं पर अदम्य साहस व शौर्य से विजय श्री प्राप्त करने का प्रशिक्षण एवं संरक्षण भी प्रदान किया है। इस निराले और धरती माँ के लाडले शक्ति निकेतन में निवास करने वाली कन्याओं का जीवन प्रशंसनीय है। आप इस अद्भुत शक्ति निकेतन का परिचय अवश्य जानना चाहेंगे, तो लीजिए, प्राप्त कीजिए –

भारत में मध्यप्रदेश की एक प्रमुख नगरी - इन्दौर को अपने आँचल में धरती माँ के लाडले - शक्ति निकेतन की परवरिश करने का सौभागय प्राप्त हुआ है। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के इन्दौर ज़ोन द्वारा संचालित दिव्य जीवन कन्या छात्रावास में कक्षा छठी से स्नातक (बी.ए.) स्तर तक की कन्याएँ अध्ययनरत हैं। यहाँ मध्यप्रदेश और समीपस्थ प्रदेश छत्तीसगढ़, राजस्थान, गुजरात और महाराष्ट्र की कन्याएँ ही निवास नहीं करती वरन् समूचे भारतवर्ष से जैसे कि दिल्ली, मुम्बई, कोलकाता, बंगाल, बिहार, उड़ीसा, पंजाब, हरियाणा, उत्तरप्रदेश, हिमाचल, त्रिपुरा, अरुणाचल प्रदेश, मणिपुर, आसाम, कर्नाटक, तमिलनाडू की कन्याएँ भी निवास करती हैं। इतना ही नहीं विदेश से भी दुबई, नेपाल और ब्रुनई (मलेशिया) की कन्याएँ भी यहाँ अध्ययनरत हैं। इस तरह सम्पूर्ण भारतवर्ष के 19 राज्यों एवं विदेश के तीन देशों सहित वर्तमान में यहाँ लगभग 150 कन्याएँ निवास कर जीवन मूल्यों का अनमोल प्रसाद पा कर जीवन को सार्थक बना रही हैं।

इस वर्ष छात्रावास का परीक्षा परिणाम 96% रहा। एक सौ पचास कन्याओं में से 85 कन्याएँ प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण हुईं और लगभग 26 कन्याओं ने अपने-अपने विद्यालयों में प्रथम, द्वितीय स्थान एवं विशेष योग्यताएँ हासिल की। बी.ए. फाईनल में भी एक कन्या ने प्राविण्य सूची में पाँचवाँ स्थान प्राप्त कर

विश्वविद्यालय स्तर पर भी छात्रावास का नाम गौरवान्वित किया।

विशेषताओं का विशाल समुद्र यह शक्ति निकेतन प्रभु की मनभावन देन है। इतना सब कुछ जान लेने के बाद आप के मन में जरूर विचार उठ रहे होंगे कि कुमारियों की जिन्दगी सचमुच यूँ ही गँवाने के लिए नहीं बल्कि जीवन की सच्ची इबारत लिखने के लिए है। हमारा पारदर्शी दृष्टिकोण इनकी जिन्दगी को महान बना सकता है। तो क्यों न इन्हें हर कोने से तराश कर बहुमूल्य सिद्ध करें। श्रेष्ठ भावनाओं से ओत-प्रोत हमारा हृदय कुछ ऐसा ही शुभाकांक्षी है कि समस्त संसार की प्रत्येक कुमारी अपनी जिन्दगी को आध्यात्मिक ज्ञान की गरिमा देकर अज्ञानता को मात दे दे। अच्छाइयों को गले लगाए। साँसों की अमानत जिन्दगी को कर्मठता का विश्वास दे। प्रभु प्यार का उपहार दे। यदि हर कुमारी अपने आज को इस तरह से जी ले तो एक सुनहरे भविष्य की रचना खुद-ब-खुद हो जाएगी। छात्रावास, शक्ति निकेतन में नई कन्याओं के प्रवेश हेतु मार्च-अप्रैल में संपर्क कर सकते हैं। प्रवेश की प्रक्रिया मई, जून माह में ही प्रारम्भ हो जाती है। अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें –

''दिव्य जीवन कन्या छात्रावास''
ओम शान्ति भवन, न्यू पलासिया,
इन्दौर (म.प्र.) 452001
☎ (0731) 2531631;
फैक्स (0731) 2430444.
ई-मेल : bkzonehq@bom4.vsnl.net; bkomprakash@vsnl.net; bkyog@eth.net

***

पातड़ा (पंजाब)- ब्र.कु. निशा बहन, पंजाब के मुख्यमंत्री कैप्टन भ्राता अर्मेन्द्र सिंह जी को ईश्वरीय विश्व विद्यालय की गतिविधियों से अवगत कराते हुए ।

शिक्षालयों की गिरती गरिमा बचाइये.........पृष्ठ 17 का शेष

दस्तूर तो बदले नहीं। हमने भोजन की जगह पत्थर खाना शुरू किया हो या शयन के लिए काँटों वाला बिस्तर लेना शुरू किया हो, ऐसा तो हुआ नहीं। फिर हमारे आयोजनों के, सुनने, देखने के दस्तूर क्यों बदल गए? ये हमें कहाँ ले जाएँगे। अल्पकाल की हँसी के लिए सदाकाल की चारित्रिक खुश्की क्या विवेकशीलता है? क्योंकि विचार रूपी भोजन ही प्रदूषित है तो आत्मा खुश्क तो होगी ही।

संकल्पों के ठहरे जल को गति देने वाली उपरोक्त घटना से मैंने बहुत कुछ सीखा। आशा है पाठकों को भी सोचने की लहर जरूर उठेगी। मुझे जब प्रवचन का समय मिला तो मैंने नम्रतापूर्वक अपना उपरोक्त चिन्तन सभी के समक्ष रखने का साहस किया जिसका अनुमोदन सभी अध्यापकों ने दबी जबान से किया। अगर इस लेख से कोई एक व्यक्ति भी मूल्य जागृति की मशाल थामने में कृत संकल्प होगा तो विद्या की देवी सरस्वती के वरदानों और दुआओं से अवश्य मालामाल होगा। ✧✧

एक बल एक भरोसा

ब्रह्माकुमार बलवन्त, लंदन

ज्ञान में आने से पहले लौकिक शिक्षा संस्थान में मैं विद्यार्थी के रूप में अध्ययनरत था और मेरा विचार आर्किटेक्चर की पढ़ाई पढ़ने का था। मुझे 21 वर्ष की आयु में सन् 1975 में ज्ञान मिला। लौकिक पढ़ाई के दौरान मुझे बार-बार यह ख्याल आता था कि यह दुनिया बदलने वाली है। यह विचार किसी ज्ञान पर आधारित नहीं था परन्तु स्वत: स्फुरित था। दुनिया कैसे और कब बदलेगी इसका कोई स्पष्ट उत्तर भी मेरे पास नहीं था। मेरा एक दोस्त था। वह लेस्टर के नए ईश्वरीय सेवास्थान के सम्पर्क में आया था। एक दिन उसने मुझे वहाँ का निमन्त्रण दिया और बताया कि हम वहाँ नए संसार की रचना के सकारात्मक संकल्प करना सीखते हैं। उसका यह कथन मुझे अपनी संकल्पना के अनुकूल लगा। मन में विश्वास बैठ गया कि संकल्पों से संसार बदल सकता है और इसी आकर्षण में मैं सेवा स्थान पर पहुँच गया। वहाँ एक भाई ने मुझे ज्ञान समझाया और मुझे लगा कि नई दुनिया बनने की मेरी चाहना यहाँ पूरी हो सकती है, यह सही स्थान है। अन्दर में महसूसता आई कि यह भगवान का कार्य है और मेरा जाना-पहचाना है, मेरे लिए यही अनुकूल है। इसके बाद ज्ञान में रुचि बढ़ने लगी। मैं आत्मा, परमात्मा की सन्तान हूँ इस निश्चय से आन्तरिक परिवर्तन होने लगे। पहला परिवर्तन यह हुआ कि ब्रह्म मुहूर्त में 3:30 बजे आँखें खुलने लगी और मैं 3 कि.मी. साइकिल चला कर आश्रम जाकर अमृतवेले का योग करने लगा। एक बार रास्ते में मेरी साइकिल की लाइट खराब हो गई। लन्दन में लाइट ज़रूर चाहिए। पुलिस ने मुझे रोका और पूछा कि तुम कहाँ जा रहे हो। मैंने कहा कि मैं युनिवर्सिटी में जा रहा हूँ। उन्होंने पूछा - इस समय युनिवर्सिटी खुली होती है क्या, वहाँ क्या सिखाते हैं? मैंने कहा - हाँ, खुली होती है और वहाँ योग सिखलाते हैं। उन्होंने फिर कहा – इतनी जल्दी कोई आते हैं क्या? मैंने कहा - मैं तो जाता ही हूँ तथा और भी आते हैं। इसके बाद मुझे जाने की इजाज़त मिल गई।

पहले हम माँस आदि का प्रयोग करते थे पर बहुत कम मात्रा में। ईश्वरीय मार्ग पर चल कर मुझे स्पष्ट महसूसता आई कि यह माँसाहारी खान-पान शरीर को नुकसान पहुँचाता है। बुद्धि को भ्रष्ट करता है और भगवान के साथ मन की तार जुटने में बाधा डालता है। **प्याज-लहसुन के सम्बन्ध में भी मुझे व्यवहारिक प्रमाण देखने को मिले कि कैसे इनके सेवन से एकाग्रता में कमी आती है।** फिर मैंने इनको त्याग दिया और बाबा की याद में स्वयं भोजन पकाना सीख गया। पहले-पहले घरवालों को लगा कि इसको क्या हो गया है परन्तु मेरे जीवन के अन्य परिवर्तनों को देख कर उन्होंने मेरी धारणाओं का विरोध नहीं किया। जब मैंने जान लिया कि भगवान नई दुनिया बनाने आए हैं तो उनके कार्य में पूर्ण मददगार बनने के लक्ष्य से मैं जब भी समय मिलता सेवा स्थान पर चला जाता और सभी प्रकार की सेवाओं में हाथ बँटाने लगा। उन दिनों यज्ञ की आर्थिक दशा आजकल जैसी सुदृढ़ नहीं थी। इसलिए मैंने सब काम सीखे। उदाहरण के लिए दीवारों को प्लास्टर करना, भवनों की मरम्मत के सभी कार्य करना, पेंटिंग आदि सब सेवाएँ हाथ से ही करता था। हम कुमार भाइयों का एक ग्रुप बन गया। हम सप्ताहान्त में लन्दन में दादी जानकी जी के मार्गदर्शन में सेवाओं में हाथ बँटाने लगे। इससे हमारी बहुत उन्नति हुई।

सन् 1976 में मैं पहली बार मधुबन (भारत में संस्था का मुख्यालय आबू पर्वत पर) आया। प्यारे अव्यक्त बापदादा से ज्ञान, गुण, शक्तियों और उमंग के वरदान प्राप्त किए। उस दौरान मधुबन में पहली बार 7 कुमारियों का समर्पण हो रहा था। लगभग 700 भाई-बहनों की सभा इस अलौकिक विवाह की रस्म को उत्सुकता से देख रही थी। एक बहन अचानक शारीरिक अस्वस्थता के कारण अपना स्थान छोड़ अन्दर चली गई। मंच से आवाज़ आई कि एक सीट खाली है, जो समर्पण की हिम्मत रखे वह इसे ले सकता है। मैं सभा में आगे-आगे बैठा था। मैंने एक झटके से अपना स्थान छोड़ा और मंच पर खाली सीट पर बैठ गया। इस प्रकार मैं समर्पित हो गया और लन्दन में दादी जानकी जी के मार्गदर्शन में सेन्टर पर ही रहने लगा। प्यारे बाबा ने मुझ निमित्त आत्मा से अनेक प्रकार की स्थूल-सूक्ष्म सेवाएँ करवाईं। लौकिक माँ भी दीदी मनमोहिनी की प्रेरणा से एक बार 10 दिन मधुबन में रही, प्यारे बाबा से भी मिली, वरदान प्राप्त किए और इस प्रकार लौकिक सम्बन्धों की तरफ से भी मैं पूर्ण निश्चिन्त हो गया। पिछले वर्ष मैंने मैराथन में भाग लिया। इस 26 मील (42 कि.मी.) लम्बी दौड़ में मैं प्यारे बाबा की मदद से आश्चर्यजनक ढंग से सफल हो गया। मैराथन शब्द का अर्थ है लम्बी दौड़। इसका प्रारम्भ यूनान से हुआ था। लन्दन में हर वर्ष इसका आयोजन होता है। लन्दन में इसका रास्ता बड़ा उबड़-खाबड़ और अनेक प्रकार के दृश्यों से भरा हुआ है। इसमें हर देश के धावक भाग लेते हैं। लगभग 40 या 50 हजार आवेदन-पत्र आते हैं जिनमें से 20 या 25 हजार को ही स्वीकृति मिलती है। मैंने जब निर्णय लिया दौड़ने का उस समय अपने दुर्घटनाग्रस्त घुटने के कारण मैं 1/2 कि.मी. दौड़ने में भी समर्थ नहीं था। मैंने अभ्यास किया जिससे मैं 20 कि.मी. तक दौड़ने में समर्थ हो गया परन्तु 42 कि.मी. दौड़ना तो तब तक भी सपना ही लग रहा था। लेकिन प्यारे बाबा ने मुझे ऐसा बल प्रदान किया कि मैंने 26 मील दौड़ पूरी कर ली और 55 हजार पाउण्ड (35 लाख) रुपये मुझे इनाम मिला। यह सब बाबा और ब्राह्मण परिवार की दुआओं से सम्भव हो सका। इस कार्य में मेरी सफलता पर सहज ही किसी को विश्वास नहीं आ रहा था, मुझे भी इतनी सफलता का विश्वास नहीं था पर बाबा ने असम्भव को सम्भव किया। एक बल एक भरोसे की मेरी धारणा ने मुझे फल और बल दिया। भविष्य में अन्य देशों की मैराथन में भाग लेने की भी मेरी योजना है। सभी की शुभ-कामनाओं से सफलता तो गले का हार है ही।

कर्म-बोल-संकल्प समर्थ बनायेंगे

– ब्र.कु. गोपालप्रसाद मुद्गल, डीग (राज.)

एक प्रभु के प्यारे बन कर, प्रभु से प्रीति लगायेंगे।
कर्म, बोल, संकल्प त्रयी को, सहज समर्थ बनायेंगे।।
प्रभु से प्यार बढ़ा है मन में,
तभी बसा है रस जीवन में,
यह रूहानी नशा चढ़ा है, इसको और बढ़ायेंगे।
कर्म, बोल, संकल्प त्रयी को, सहज समर्थ बनायेंगे।।
सदा प्रेम में रहें समाए,
कोई नहीं समस्या आए,
माया पास फटक ना पाए, मायाजीत कहायेंगे।
कर्म, बोल, संकल्प त्रयी को, सहज समर्थ बनायेंगे।।
एक बाप से लगन लगाएँ,
एक ही साधे, सब सध जाएँ,
एक बाप की याद सहज है, सबकी याद हटायेंगे।
कर्म, बोल, संकल्प त्रयी को, सहज समर्थ बनायेंगे।।

पवित्र धन और हमारा पूर्वजपन

ब्रह्माकुमार रमेश शाह, गामदेवी (मुम्बई)

विश्व परिवर्तन के कार्य के दो पहलू हैं। एक है स्थापना और दूसरा है विनाश। दोनों का साक्षात्कार शिव बाबा ने, प्रजापिता ब्रह्मा को यज्ञ स्थापना के आदि में करा दिया था। जैसे जीवात्मा के लिए मृत्यु स्वाभाविक है, उसमें जन्मदाता माता-पिता की कोई भूमिका नहीं होती है, ऐसे ही विश्व-परिवर्तन में विनाश के लिए हम पूर्वजों का कोई उत्तरदायित्व नहीं होता है। हमारा उत्तरदायित्व रहता है स्थापना के लिए जिसके लिए तन-मन-धन तीन बातें आवश्यक हैं। उनको सफल करने के लिए पुरुषार्थ के तीन आधार हैं - मनसा-वाचा-कर्मणा। जैसे भारत की स्वतन्त्रता के लिए जिन्होंने अपने तन-मन-धन से मदद की, उनको ही स्वतन्त्रता सेनानी की उपाधि (Title) मिली और वे स्वतन्त्र भारत की सत्ता और साधनों का उपभोग कर रहे हैं। ऐसे ही विश्व नव-निर्माण के कार्य में हम आत्माओं को पूर्वज की उपाधि (Title) परमपिता परमात्मा ने दी है और कहा है कि तुम आत्मायें कल्पवृक्ष की जड़ और तना हो, सारे विश्व का आधार तुम पर है। तुमसे सारे वृक्ष को सकाश मिलती है।

सृष्टि चक्र में पाँच युग हैं सतयुग, त्रेतायुग, द्वापरयुग, कलियुग और पुरुषोत्तम संगमयुग। अंग्रेजी में इन युगों को गोल्डन एज, सिलवर एज, कॉपर एज, आइरन एज और डायमण्ड एज के नाम से जाना जाता है। अंग्रेजी भाषा के इन शब्दों द्वारा इन पांचों युगों की पहचान विश्व-परिवर्तन के कार्य में पवित्र धन के सफल प्रयोग के आधार पर होती है। बड़े गौरव की बात है कि नये विश्व की स्थापना हमारे पवित्र धन से होती है। वैसे हरेक धर्म की गोल्डन, सिलवर, कॉपर, आइरन और डायमण्ड एज होती है, ये भी कल्प-वृक्ष से सिद्ध होता है। द्वापर, कलियुग में स्थापन होने वाले विभिन्न धर्मों का बीज संगमयुग पर पड़ता है। उन धर्मों की शाखायें-प्रशाखायें देवी-देवता धर्मवंश से समयानुसार ही निकलती हैं। इस प्रकार पूर्वजपने की जिम्मेवारी सारा कल्प चलती है।

सन् 1971 में हम 6 आत्माओं को शिव बाबा ने विश्व नव-निर्माण का संदेश देने के लिए विदेश भेजते समय कहा - ''आप इस यात्रा में शिव परमात्मा के नये विश्व की स्थापना के अनेक गुप्त रहस्यों का अनुभव करेंगे।'' उस यात्रा के कुछ अनुभव यहाँ लिखते हैं –

सब जानते हैं कि कल्प वृक्ष से पहली शाखा मोजेज के द्वारा यहूदी (Jews) धर्म की निकली और उनका कल्प-वृक्ष के तने के साथ सम्बन्ध उनके भाई रामसे के नाम से सिद्ध होता है। रामसे अर्थात् राम का। जैसे भारत में राम की मूर्ति के मन्दिर भारत में हैं, वैसे ही रामसे की मूर्ति का विश्व-प्रसिद्ध मन्दिर मिस्र में नील (Nile) नदी के किनारे था। उसका स्थापत्य इतना अद्भुत था कि प्रतिवर्ष 23 जून को जब सूर्य कर्क अक्षांख की रेखा पर होता है तब ठीक 12 बजे सूर्य की किरण उस मन्दिर के शिखर पर एक छोटे से छिद्र से आकर रामसे की भृकुटी के मध्य पड़ती थी। जब नील नदी पर अश्वान बन्ध (Aswan Dam), वास्तव में होना चाहिए अश्विनि बन्ध) बन रहा था तब उस मन्दिर को डूबने से बचाने के लिए थोड़ी दूर ले जाकर रखा गया। इस कारण आज वह सूर्य किरण रामसे की भृकुटी के मध्य नहीं पड़ती है।

न्यूयार्क में एम्पायर स्टेट बिल्डिंग के नजदीक एक संस्था ने भी हमको निमन्त्रण दिया। वह ईसाई धर्म के एक प्रमुख कार्यकर्त्ता और भविष्यवेत्ता डा. एडगर केसी के द्वारा स्थापित की गई थी। वहाँ विश्व नव-निर्माण प्रदर्शनी तीन दिन चली और प्रतिदिन शाम को नियमानुसार दो घण्टा क्लास भी चलता था जिसमें उनके बहुत से अनुयायी भी उपस्थित रहते थे। ड्रामा अनुसार हम सबके

मुख से विश्व नव-निर्माण , पवित्रता और राजयोग की बातें निकली जिसके परिणामस्वरूप उन्होंने अपने योग की विधि में परिवर्तन किया और ब्रह्मचर्य की पालना में जो कमजोर थे, उनकी धारणा भी मजबूत बनी। उनका निश्चय बढ़ा कि हमारे स्थापक की बातें सही हैं क्योंकि वे ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से मेल खाती हैं अर्थात् उन्होंने शिव बाबा के ज्ञान को गुप्त रीति से स्वीकार किया। उनकी प्रारब्ध द्वापर युग से आरम्भ होगी। वे भी पवित्र रहते हैं, परमात्मा के साथ योग लगाते हैं और विश्व का नव-निर्माण होने वाला है, उसमें श्रद्धा तथा विश्वास रखते हैं। विशेष बात यह रही कि प्रदर्शनी का सारा खर्च उन्होंने ही किया अर्थात् उन्होंने ने तन-मन-धन से शिव बाबा के कार्य में सहयोग देकर अपने धर्म की स्वर्ण अवस्था में जाने का ईश्वरीय अधिकार प्राप्त किया।

बाद में हम सब अलग-अलग समय पर अलग-अलग स्थानों पर गये। मैं तथा ब्र.कु. ऊषा जापान गये। टोकियो में हमको योग सिखाने वाली एक संस्था ने अपने पास रहने का निमन्त्रण दिया। उस संस्था का सम्बन्ध वहाँ की एक वृद्ध माता से था जो सिन्टो (Sinto) धर्म की एक शाखा की प्रधान थी। उनके पास गये तब हमको पता पड़ा कि उनकी संस्था को हिमालय के एक पत्थर द्वारा संदेश मिलता है। हमने उस पत्थर के दर्शन की अपनी इच्छा प्रगट की। वह श्वेत वर्ण का शिवलिंग के आकार का था, उन्होंने एक थाल के मध्य उसे रखा और जैसे हम शिव बाबा को भोग लगाते हैं, वैसे थोड़ा भोग भी रखा। उस पत्थर को फूलों का हार भी पहनाया, हमारे पास भी चन्दन का हार था, जो ऊषा बहन ने उस पत्थर को पहनाया। उसके बाद सभी योग में बैठ गये और कुछ संगीत बजने लगा। फिर उनकी दो शिष्यायें ध्यान में चली गई। उन्होंने सन्देश में सुनाया कि ये दो बच्चे आपके मेहमान आये हैं, ये हमारे बच्चे हैं, उनसे सम्बन्ध जोड़ो, उनके मुख्यालय भी जाओ, तब आपकी माता का सिन्टो धर्म के मुखिया का जो संकल्प है, वह पूरा होगा। ऊषा बहन को भी थोड़ा ध्यान में जाने का वरदान है, उनको भी यह अनुभव हुआ कि इनका सम्बन्ध अपने विश्व विद्यालय से करो और उनको ईश्वरीय संदेश दो। द्वापर से ये माता जापान में सिन्टो धर्म की स्थापना के निमित्त बनेगी। जापान की भाषा में सिन्टो शब्द का अर्थ होता है सूर्य। उस समय उस माता के 2 लाख अनुयायी जापान में थे। उस संस्था की व्यवस्थापक बहन ने हमसे पूछा कि हम माउण्ट आबू कैसे आ सकते हैं, तब हमने उनको माउण्ट आबू में अन्तर्राष्ट्रीय योग सम्मेलन का निमन्त्रण दिया। सन् 1972 की योग कान्फ्रेन्स में वह माता तथा वह बहन यहाँ आये। उस समय कान्फ्रेन्स विश्व नव-निर्माण संग्रहालय के प्रांगण में हुई क्योंकि ओम्शान्ति भवन नहीं बना था। वे 2-3 दिन बम्बई में भी रहे।

फिर हमने जापान में अन्य संस्थाओं से भी सम्पर्क किया। एक अन्य संस्था ने भी हमको निमन्त्रण दिया। वहाँ हमने प्रोजक्टर शो किया। उस संस्था के 20 लाख अनुयायी थे। ये संस्था चीन के ताओ धर्म की एक उप-शाखा थी। वहाँ हमने बताया कि बिन्दु रूप परमात्मा अभी विश्व-परिवर्तन का कार्य कर रहे हैं। ये सुनकर वे बहुत खुश हुए और बाद में उनके मुखिया लोग हमसे मिले। उन्होंने भी कहा कि हमारी संस्था का स्थापक परमात्मा है और हम भी परमात्मा को ज्योतिबिन्दु स्वरूप मानते हैं। उन्होंने हमको योग की विधि भी बताई और बताया कि हमारे पास बहनें ध्यान में जाती हैं, तब हम उनके सामने एक सफेद रंग का कपड़ा और काले रंग की तुलिका रख देते हैं जिस पर वे ध्यान में सन्देश लिखती हैं, जो सभी अनुयायियों को सुनाया जाता है, उसी के अनुसार सभी कार्य करते हैं। उन्होंने बताया कि एक बार हमने परमात्मा को सन्देश भेजा कि हमको आपका फोटो निकालना है, तब

परमात्मा ने सन्देश दिया कि आप एक स्थान और समय पर आइये। हम वहाँ गये पर वहाँ कोई नहीं मिला। हमने पुन: बहनों को ध्यान में भेजा और उनके द्वारा परमात्मा को सारी बात सुनाई। परमात्मा ने फिर स्थान और समय दिया और कहा कि आप वहाँ जाकर कैमरे का शटर दबा देना, हमारा फोटो आ जायेगा। निश्चित समय और स्थान पर हम गये और कैमरे का शटर दबाकर फोटो निकाला पर कुछ भी दिखाई नहीं दिया। हमने फिर परमात्मा को सन्देश भेजा, तब हमें सन्देश मिला कि लाइफ साइज फोटो निकालो। ऐसा करने पर उस लाइफ साइज फोटो में केवल एक ज्योतिबिन्दु ही दिखाई दिया। तब फिर परमात्मा से पूछा तो सन्देश मिला कि मेरा यही शाश्वत स्वरूप है, मैं ही विश्व का नियन्ता हूँ और मैं ही आपकी संस्था की मार्ग-दर्शना करता हूँ तथा मेरे द्वारा ही आपकी संस्था का नव-निर्माण होगा आदि-आदि। हमारे द्वारा शिव बाबा के ज्ञान की बातों को सुनकर वे बहुत खुश हुए और उनकी अपने कार्य में जो श्रद्धा-भावना थी, वह और भी दृढ़ हो गई। उन्होंने हमारा साहित्य भी लिया और कहा कि हम इसको अपनी भाषा में छपायेंगे तथा हमसे प्रोजेक्टर की स्लाइड्स लेकर उसकी कापियाँ भी निकाली और कहा कि हम इनको अपने अन्य अनुयायियों को भी दिखायेंगे।

इस प्रकार उस यात्रा के समय अनुभव हुआ कि कैसे हम पूर्वजों के साथ विभिन्न धर्मवंश की आत्माओं का सम्बन्ध जुटता है। कोलाबा सेवाकेन्द्र की मुख्य संचालिका दादी पुष्पशान्ता की बेटी सुशीला, ग्लोबल हास्पिटल के संस्थापक जवरमल वाटूमल की पुत्रवधू और वर्तमान ट्रस्टी खूबा वाटूमल की पत्नी हैं। उन्होंने संन्यास धारण किया हुआ है। संन्यासी बनने के बाद वह अपनी एक संस्था स्थापित कर रही थीं और उसका मुख्यालय कोलाबा सेवाकेन्द्र में रखना चाहती थी। दादी पुष्पशान्ता ने उसे मुझसे (रमेश भाई से) मिलने को कहा। बात मेरे पास आई तो मैंने दादी पुष्पशान्ता को कहा कि आप संदेश द्वारा बाबा से पूछो। वे संदेश लेकर गई तो बाबा ने मेरे लिए प्रश्न भेजा कि रमेश बच्चे का क्या विचार है, वह पूछो। तब मैंने अपनी अल्पज्ञ बुद्धि से उसके लिए मना कर दिया कि ऐसी संन्यासी संस्था का मुख्यालय हमारे सेवाकेन्द्र में ठीक नहीं है। मेरा उत्तर लेकर दादी पुष्पशान्ता वापस बाबा के पास गई तब शिव बाबा ने बताया कि सारे कल्पवृक्ष की शाखायें, तने से ही निकली हुई हैं अर्थात् आप ही सभी धर्म के मुखियों के पूर्वज बनेंगे और उनकी गोल्डन एज के निमित्त बनेंगे। आपको पूर्वज बनकर उनकी पालना करनी ही होगी इसलिए सुशीला बच्ची को अपनी संस्था का मुख्यालय कोलाबा सेवाकेन्द्र पर रखने दो। इस प्रकार समझ में आया कि हम ही अपने तन, मन और पवित्र धन के द्वारा सारे कल्पवृक्ष के पूर्वज बनते हैं।

स्पार्क की 6 मार्च, 2004 की चार दिन चली मीटिंग में इस वर्ष का विषय - संगमयुग की श्रेष्ठ जीवन पद्धति और व्यवहार (Holistic Life Style in Confluence Age) रखा गया। स्पॉर्क के इस नये वर्ष के टॉपिक को मैंने 5 मार्च को सारी सभा के बीच बापदादा के सामने भी रखा था और बापदादा ने भी स्वीकृति दी थी। स्पॉर्क की इस मीटिंग में तो देश-विदेश के लगभग 300 भाई-बहनें थे परन्तु अभी हमारा सभी ब्रह्मा-वत्सों से अनुरोध है कि इस वर्ष कटिबद्ध होकर संगमयुग में ऐसा आदर्श जीवन व्यवहार बनाने का पुरुषार्थ करें जिससे हम आदर्श पूर्वज बन सकें और कल्पवृक्ष की जड़ और तने के रूप में हमारा क्या कर्त्तव्य है, उसको पूरा कर सकें। आशा है कि आप सभी में विचार करेंगे और विचार सागर मंथन से निकले माखन से हमको अवगत कराएँगे।

ईश्वर की याद से लाभ

ब्रह्माकुमारी सुशील, सिकन्दराबाद

ईश्वर की याद से तन-मन-धनादि के क्लेश समाप्त होते हैं, वेद-पुराण-उपनिषदों में इस प्रकार की महिमा गाई गई है। लेकिन वर्तमान समय हम राजयोग के अभ्यासी अपने अनुभव के आधार पर कह सकते हैं कि ईश्वर का स्मरण सचमुच ही अमृतपान है। ईश्वर को अपने मन में बसाने वाले व्यक्ति की भी महिमा अपरमपार हो जाती है। ईश्वर की महिमा गाने वालों के साथ रहो तो भी उद्धार हो जाता है क्योंकि वहाँ आत्मा को गुण-गान का लाभ मिलता है।

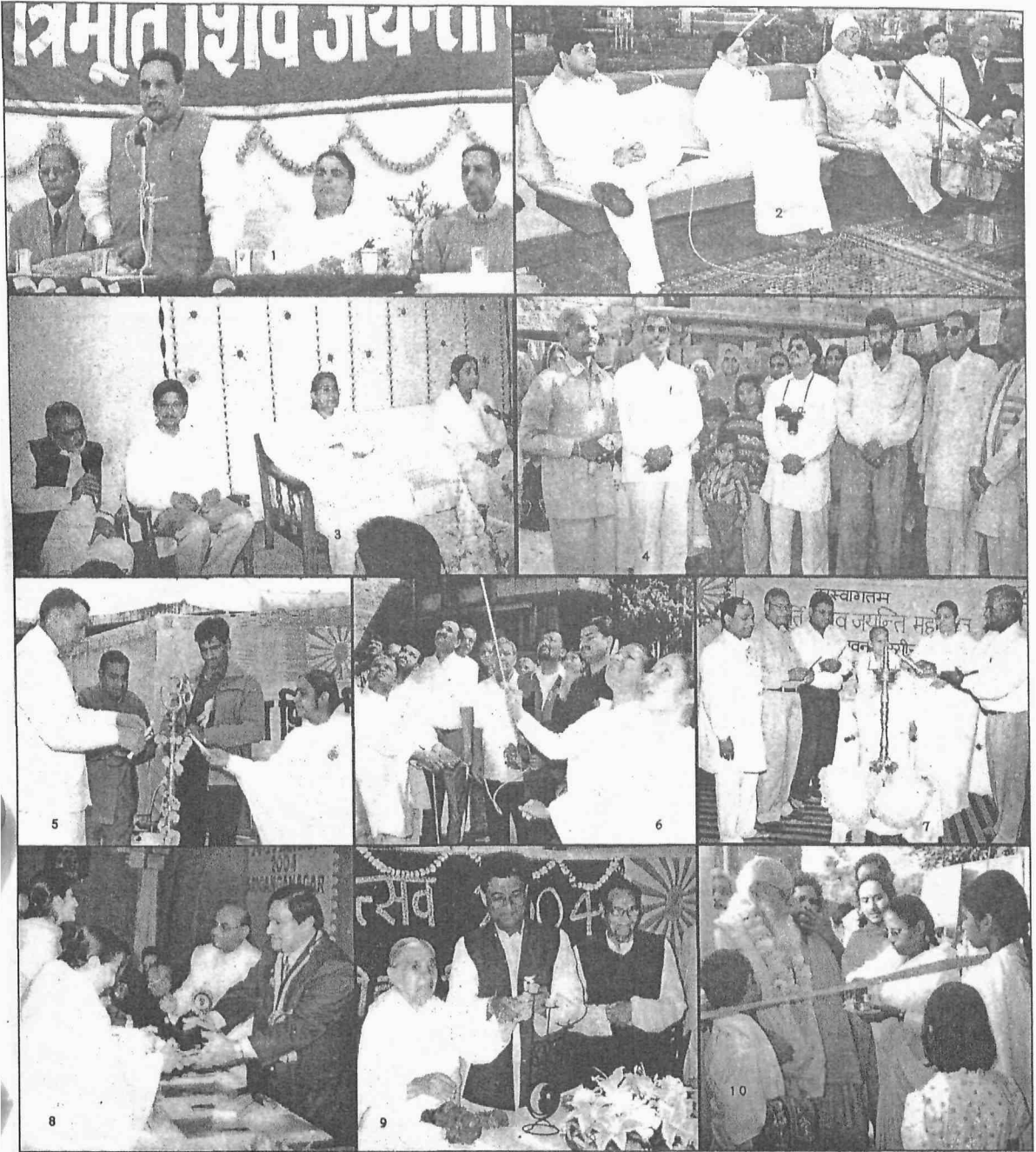
प्रभु की याद आना ही सुखमणि है। गुरुनानक ने ईश्वर की याद को सुखमणि कहा है। ईश्वर की याद से गर्भ का कष्ट नहीं सहना पड़ेगा। उसकी याद से दु:ख रूपी यम भाग खड़े होंगे। ईश्वर की याद से भयानक से भयानक काल पर भी जीत पा सकते हैं, दुश्मनों की दुश्मनी भी समाप्त हो जाती है। प्रभु का सिमरण अनेक विघ्न-बाधाओं को टाल देता है। बुरे दिन अच्छे दिनों में बदल जाते हैं। भय, रोग-शोक-संताप मिट जाते हैं। उसकी याद से सर्व सिद्धियाँ और सर्व निधियाँ प्राप्त हो जाती हैं। ईश्वर की याद ही सबसे बड़ा जप-तप-पूजा-पाठ-व्रत और तीर्थ है। यह याद ही सबसे बड़ा सुफल है जो स्थूल व सूक्ष्म रूप से डूबे हुओं को पार उतार देती है। याद से सब प्रकार की तृष्णाएँ मिट जाती हैं। श्रेष्ठ विचार उत्पन्न होते हैं। मन की हर प्रकार की मैल धुल जाती है, शंकाएँ मिट जाती हैं। प्रभु की स्मृति व्यक्ति को सच्चा साधक बना देती है। वह कर्मेन्द्रियों की दासता की जंजीरों से छूट जाता है और परोपकारी बन जाता है। उसका चेहरा चमक उठता है। वह माया को जीत लेता है। एकदम निर्मल पवित्र हो जाता है और ईश्वर का सान्निध्य पा लेता है। कमलासन पर विराजमान उस साधक के मन में खुशियों की झंकार बजने लगती है।

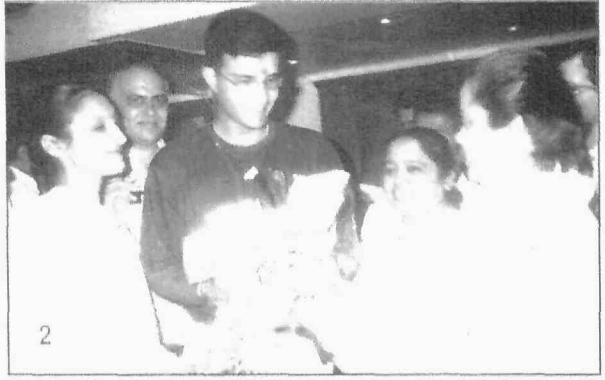
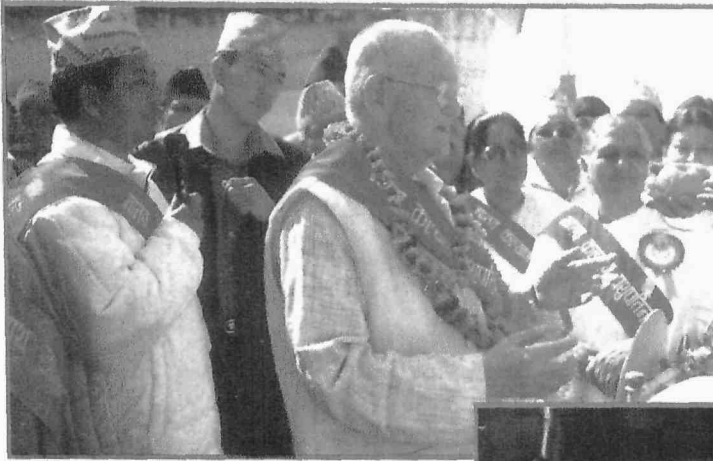
ईश्वर की याद से सभी प्रकार के कुकर्मों का नाश हो जाता है। जहाँ पर भाई-बन्धु, मात-पिता भी साथ नहीं देते वहाँ प्रभु की याद ही साथ दे जाती है। प्रभु की याद बड़ी सुखदायी है। अनेक प्रकार के ऐश्वर्य जहाँ हमें सुखी नहीं कर पाते वहाँ ईश्वर की याद बहुत संतोष धन दे जाती है। हम तृप्ति से लबालब भर जाते हैं। ईश्वरीय स्मृति हर कदम पर मन बहला देती है, परमगति प्राप्त करवाती है। ईश्वर की याद पूर्ण उजियारा फैला देती है, तपती धूप में शीतल छाया बन जाती है। तृष्णाओं से तड़पता मन अगर ईश्वर की याद का अमृतपान कर ले तो सदा के लिए संतुष्ट हो जाता है। ईश्वर की याद बिना न कोई मुक्ति है न कोई तृप्ति है। ईश्वरीय याद के वातावरण में स्वत: ही सुख-शान्ति की अनुभूति हो जाती है। उसकी याद में रहने वाले के मुख से सदा ज्ञान-रत्न उच्चारित होते हैं। उसके वाक्य महावाक्य बन जाते हैं। ईश्वर का स्मरण करने वाला कभी छिपा नहीं रह सकता। ईश्वर के गुणगान की कथा सब कथाओं से ऊँच मानी जाती है। ईश्वर की याद में रहना वाला एक सुन्दर सृष्टि की रचना कर सकता है। वह करनकरावनहार स्वामी का साथी-सहयोगी बन जाता है। यही श्रेष्ठ धर्म व कर्म है। ईश्वर की याद से दुर्मति-कुमति समाप्त हो जाती है, सुमति आने लगती है। उसकी याद में रहने वाले की सम्भाल वह स्वयं करता है। कहते हैं प्रभु तेरी महिमा अपरंपार है पर याद में रहने वाला उसका पार पा लेता है। ईश्वर की याद दीर्घायु और निरोगी बनाती है। यह याद सूक्ष्मलोक व परलोक और सत्यलोक की सैर करवाती है। कहा गया है –

मेरे प्राण तन से निकलें,
तेरा नाम मुख से निकले,
मेरे प्राण सुख से निकलें।

1. **लखनऊ (गोमती नगर)**- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए न्यायमूर्ति भ्राता आई.एम. कुद्दुसी, लोकायुक्त भ्राता एस.सी. वर्मा, प्रमुख स्वास्थ्य सचिव आर.के. मित्तल तथा ब्र.कु. राधा बहन। 2. **चुरु**- सरकारी स्वास्थ्य मेले में आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए सांसद भ्राता रामसिंह कस्वां, विधायक भ्राता राजेन्द्र सिंह राठौड़, ब्र.कु. सुमन बहन तथा अन्य। 3. **कासगंज**- बहन प्रतिभा मिश्रा को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. सरोज बहन। 4. **देहली (कश्मीरी गेट)**- पार्षद बहन नीतू वर्मा को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. मीरा बहन। 5. **गंजडुण्डवारा**- बैंक प्रबन्धक भ्राता विनोद कुमार को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. सुकान्ती बहन। 6. **हाथरस**- सर्व धर्म सम्मेलन एवं काव्यगोष्ठी में मंच पर विराजमान हैं धर्मसंघ अध्यक्ष डॉ. भ्राता जितेन्द्र स्वरूप शर्मा, डॉ. भ्राता वीरेन्द्र तरुण, ब्र.कु. सीता बहन तथा अन्य। 7. **बदायूँ**- राष्ट्रीय कवि भ्राता अवस्थी जी को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. सरोज बहन तथा करुणा बहन। 8. **देहली (दिलशाद गार्डन)**- एस.एच.ओ. भ्राता वाई.के. त्यागी को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. इन्द्रा बहन। 9. **कलान**- श्री श्री 108 बाबा धूमनाथ को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. करुणा बहन। 10. **गाजियाबाद (लोहिया नगर)**- केन्द्रीय भण्डारण निगम के अध्यक्ष भ्राता के.सी. त्यागी को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. विमला बहन। 11. **कन्नौज**- जिला न्यायाधीश भ्राता उमेशचन्द्र तिवारी जी को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. सुमनलता बहन।

1. देहली (हस्तसाल)- शिवध्वजारोहण करते हुए विधायक भ्राता मुकेश शर्मा जी। साथ में हैं ब्र.कु. भावना बहन, ब्र.कु. रचना बहन तथा ब्र.कु. निशा बहन। **2. देहली (डेरावाल नगर)**- शिवध्वजारोहण के बाद स्थानीय पार्षद, ब्र.कु. चक्रधारी बहन तथा अन्य भाई-बहनें प्रसन्न मुद्रा में। **3. ब्यावर**- शिवध्वजारोहण करते हुए कार्यकारी अभियन्ता भ्राता शिवचन्द कोठारी। साथ में हैं ए.ई.एन. भ्राता बालानी जी, ब्र.कु. विमला बहन तथा अन्य। **4. इलाहाबाद (दारागंज)**- शोभायात्रा का शुभारम्भ करते हुए रामायण मेला अध्यक्ष डॉ. भ्राता महेश अवस्थी, प्रोफेसर राजेन्द्र तिवारी तथा अन्य। **5. भादरा**- अखिल भारतीय स्वर्णिम ग्राम अभियान को शिवध्वज दिखा कर रवाना करते हुए विधायक डॉ. भ्राता राजेन्द्र चौधरी जी। साथ में हैं अन्य बहनें-भाई। **6. मुजफ्फरनगर**- भ्राता नेकीराम गर्ग तथा उनके साथियों को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. शक्ति बहन। **7. हमीरपुर**- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए जिलाधिकारी भ्राता पंधारी यादव, एडवोकेट कपिल देव पाण्डेय, ब्र.कु. मुन्नी बहन एवं ब्र.कु. पुष्पा बहन। **8. देहली (कालका जी)**- भ्राता कुमार जी, अध्यक्ष वैलफेयर असोसियेशन, बहन संध्या शर्मा, महासचिव अखिल भारतीय अपराध निरोधक समिति तथा ब्र.कु. प्रभा बहन, शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए। **9. देहली (लक्ष्मी नगर)**- वरिष्ठ शिक्षाविद डॉ. प्रभात रमन द्वारा 'समाज रत्न सम्मान' अवॉर्ड लेती हुई ब्र.कु. पुष्पा बहन।

1. देहली (पीतमपुरा)- शिवरात्रि कार्यक्रम में उपस्थित माताओं को शिव-संकल्प कराती हुई ब्र.कु. चक्रधारी बहन। 2. शादुलपुर (राज.)- ए.सी.जे.एम. भ्राता योगेन्द्र शर्मा को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. शोभा बहन। 3. राजसमंद- ग्राम विकास अभियान का उद्घाटन करते हुए विट्ठल नामदेव मन्दिर के महात्मा भ्राता चन्द्रप्रकाश जी। साथ में हैं ब्र.कु. रीटा बहन एवं ब्र.कु. पूनम बहन। 4. नोहर- अखिल भारतीय स्वर्णिम ग्राम अभियान को शिव बाबा का झण्डा दिखा कर रवाना करते हुए एस.डी.एम. भ्राता सुभाष महरिया। साथ में हैं ब्र.कु. ज्ञानेश्वर भाई तथा ब्र.कु. लक्ष्मी बहन। 5. सोजत नगर- उपखण्ड अधिकारी बहन सुनीता डाका को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. कविता बहन। 6. उदयपुर- ग्राम विकास अभियान के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए समाज सेवक भ्राता वरदी सिंह, भैरों लाल भाई, ब्र.कु. रीटा बहन, ब्र.कु. पूनम बहन, ब्र.कु. कीर्ति भाई, ब्र.कु. दत्ता भाई, ब्र.कु. अशोक भाई तथा अन्य। 7. पीलीबंगा- सरपंच भ्राता जाकड जी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. ज्ञानेश्वर भाई। साथ में हैं ब्र.कु. रानी बहन तथा ब्र.कु. आशा बहन। 8. डूँगरपुर (राज.)- अमरनाथ तीर्थधाम की झाँकी के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं नगरपालिका अध्यक्षा सुशीला बहन, भ्राता शंकर सौलंकी, ब्र.कु. विजय लक्ष्मी बहन व ब्र.कु. पदम्म बहन।

1. देहली (पाण्डव भवन)- सार्वजनिक कार्यक्रम में निगम पार्षद भ्राता हर्षवर्धन जी विचार व्यक्त करते हुए। साथ में हैं भ्राता राजेन्द्र नाथ, अध्यक्ष आर्य कन्या वरिष्ठ विद्यालय, भ्राता आहूजा जी, निदेशक शस्त्र विभाग नेवी तथा ब्र.कु. पुष्पा बहन। 2. पालम विहार- जोरडन के पूर्व राजदूत के निवास पर आयोजित आध्यात्मिक कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए भ्राता बृजमोहन जी। ब्र.कु. उर्मिल बहन तथा ब्र.कु. सुदेश बहन भी साथ में हैं। 3. देहली (शक्ति नगर)- शिवरात्रि कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए पार्षद भ्राता गोयल जी। मंच पर विराजमान हैं वैज्ञानिक भ्राता सुशील कुमार, ब्र.कु. चक्रधारी बहन तथा ब्र.कु. सन्तोष बहन। 4. जैसलमेर- शिवध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में हैं जिला उपभोक्ता संरक्षक जज भ्राता लीलाधर जी, भ्राता ईश्वर सिंह जी, पूर्व कमान्डेन्ट तथा अन्य। 5. मोदीनगर- शिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए एस.डी.एम. भ्राता प्रवीण कुमार मिश्रा, सेठ विनोद कुमार भहेश्वरी, ब्र.कु. नन्दराम एवं ब्र.कु. विनोद बहन। 6. सुमेरपुर- शिवध्वजारोहण करते हुए डाकघर अधीक्षक भ्राता एन.आर. मीना, वॉटर वर्क्स विभाग सहायक अभियन्ता भ्राता प्रकाश सी. वाफना, ब्र.कु. उर्मिला बहन, ब्र.कु. विद्या बहन तथा अन्य। 7. आबू रोड (संगम भवन)- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए जी.आर.पी. थानाधिकारी भ्राता नरुतमल जी, ब्लॉक विकास अधिकारी भ्राता ए.एस. राठौड़ जी, ब्र.कु. दादी धैर्यमणि जी, ब्र.कु. ऊषा बहन तथा अन्य। 8. श्री गंगानगर- रोटरी क्लब के गवर्नर भ्राता अश्विनी सचदेवा जी, ब्र.कु. शिवानी बहन तथा ब्र.कु. मोहिनी बहन को सम्मान देते हुए। 9. कानपुर (सिविल लाइन्स)- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी दादी आत्मइन्द्रा जी, विधायक भ्राता सलिल विश्नोई जी तथा शिक्षा संस्थान के प्रमुख भ्राता के.जी. लाहोटी जी। 10. फर्रुखाबाद- आध्यात्मिक प्रदर्शनी के उद्घाटन अवसर पर श्री नैमिष व्यास पीठाधीश्वर, श्रीमद्जगदाचार्य स्वामी सर्वदानन्द सरस्वती जी महाराज एवं स्वामी भक्ति चैतन्य का स्वागत करती हुई ब्र.कु. शोभा बहन।

ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सम्पादक, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन, आबू रोड द्वारा सम्पादन तथा ओमशान्ति प्रेस, शान्तिवन-307510, आबू रोड में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के लिए छपवाया। सह-सम्पादिका ब्र.कु. उर्मिला, शान्तिवन
E-mail: gyanamrit@vsnl.com Ph.No.: (02974) 228125, 228126 bkatamad1@sancharnet.in

1. अहमदाबाद (सुख-शान्ति भवन)- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए गुजरात के करमंत्री भ्राता कौशिक भाई पटेल, ब्र.कु. सरला बहन, श्री श्री 1008 महामंडलेश्वर स्वामी मंगलानंदन जी तथा मेयर बहन अनीशा बेगम मिरज़ा। **2. अहमदाबाद (लोटस हाउस)-** भारतीय क्रिकेट टीम के कप्तान भ्राता सौरव गांगुली को ईश्वरीय सौगात देती हुई ब्र.कु. भारती बहन, ब्र.कु. नन्दिनी बहन तथा अन्य। **3. राजगांगपुर-** शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए उड़ीसा के जल संसाधन मंत्री भ्राता मंगला किसान जी, ओ.सी.एल. के प्रबन्ध निदेशक भ्राता ओमप्रकाश जी अग्रवाल, समाज सेवी भ्राता नंदकिशोर टिबड़ेवाल तथा नवभारत के पत्रकार भ्राता आशीष सतपथी जी। साथ में हैं ब्र.कु. सोनाली बहन तथा ब्र.कु. संगीता बहन। **4. कोलार-** विधान सभा अध्यक्ष भ्राता एम.वी. वेंकटप्पा, महिला सभा अध्यक्षा बहन सुभद्रा वेंकटप्पा, रोटरी क्लब के अध्यक्ष भ्राता वी.पी. सोमशेखर तथा ब्र.कु. मंगला बहन, व्यसन मुक्ति स्टॉल के उद्घाटन के बाद ग्रुप फोटो में। **5. न्यूजीलैण्ड-** लोअर हट्ट के महापौर भ्राता जोहन से ज्ञान-चर्चा करते हुए ब्र.कु. हरीश शुक्ल भाई। **6. कलंबामहाली (वाशिम)-** महाराष्ट्र के ऊर्जा राज्यमंत्री भ्राता माणिकराव ठाकरे, ज्ञान-साधना गीता पाठशाला में ब्र.कु. रामकृष्ण भाई के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए। **7. कामारेड्डी-** महाशिवरात्रि पर आयोजित आरोग्य आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए भ्राता नरेल्ला आन्जनेयुलु, आन्ध्र प्रदेश के तकनीकी शिक्षामंत्री, विधायक भ्राता शेड युसुफ अली, जिला कराधान अधिकारी भ्राता कोमरय्या जी, ब्र.कु. जया बहन तथा अन्य। **8. शिलांग-** शिवध्वज के नीचे प्रतिज्ञा करते हुए मेघालय के गृहमंत्री भ्राता आर.जी. लिंडो, विधायक भ्राता अरधेन्दु चौधरी और साथ में ब्र.कु. नीलम बहन। **9. नवसारी-** शिवध्वजारोहण के बाद सम्बोधित करते हुए गुजरात के आदिजाति विकासमंत्री भ्राता मंगूभाई जी। नगरपालिका के मुख्याधिकारी सुरेश भाई शेठ, ब्र.कु. गोविंद भाई और ब्र.कु. गीता बहन भी उपस्थित हैं।

Regd. No. 10563/65, Postal Regd. No. RJ/WR/25/12/2003-2005, Posted at Shantivan-307 510 (Abu Road) on 5-7 th of the month.

काठमाण्डु (नेपाल)- महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में आयोजित मानव कल्याण पशुपतिनाथ रथयात्रा में शिवज्योतिर्लिंगम की अर्चना करते हुए नेपाल के प्रधानमन्त्री भ्राता सूर्य बहादुर थापा जी। साथ में हैं ब्र.कु. राज बहन, ब्र.कु. किरण बहन तथा अन्य।

मुम्बई (सायन गार्डन)- शिव जयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए महाराष्ट्र के राज्यपाल महामहिम भ्राता मोहम्मद फजल जी, ब्र.कु. संतोष बहन, सांसद भ्राता वेद प्रकाश जी गोयल तथा अन्य।

रायपुर- महाशिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री डॉ. भ्राता रमन सिंह जी, मुख्य आयकर आयुक्त डॉ. जे.के. गोयल जी, ब्र.कु. कमला बहन तथा ब्र.कु. सरिता बहन।

हैदराबाद- आन्ध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री भ्राता चन्द्रबाबू नायडू, शिव जयन्ती पर्व पर अपने आध्यात्मिक जन्मदिन का केक काटते हुए। साथ में हैं ब्र.कु. प्रीतम बहन, ब्र.कु. शीला बहन तथा ब्र.कु. दुर्गा बहन।